

ИТАЛЬЯНСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ФУТБОЛА

ЮНОШЕСКИЙ
УЧЕБНЫЙ СЕКТОР



РУКОВОДСТВО ПО ТЕХНИКЕ ДЛЯ ФУТБОЛЬНЫХ ШКОЛ

Юношеский учебный сектор Итальянской Федерации Футбола (ИФФ), выполняя задачи, поставленные перед ним Федеральным Советом, выпустил данное руководство по технике, предназначенное для воспитания юных дарований, обучающихся в футбольных школах, в котором был обобщен опыт, являющийся достоянием всего итальянского футбола.

Это практическое средство. Основная цель издания – подробно осветить технические знания, а также подсказать правила, необходимые для обучения самых юных футболистов. Данное Руководство возникло на основе глубокого убеждения о роли и ответственности базовых тренеров, ежедневно общающихся с ребятами на поле.

Руководство по технике создано также для того, чтобы урегулировать разногласия, возникшие между накопленным опытом и новыми системами обучения. За последние двадцать лет итальянская колыбель дарований произвела на свет прекрасных атлетов; была воспитана атлетическая сила футболистов и разработаны тактические вопросы игры. Важные составляющие, способствующие росту самого футбола, но в большинстве случаев идущие в ущерб технике, способности перебрасывать мяч и владеть мячом.

Недавно ИФФ назначила Комиссию по развитию юношеского футбола на европейском уровне, что еще раз подтверждает тот факт, что развитие футбола не может пройти без углубления научно-технических знаний и определенной специализации базовых тренеров.

Такие основные направления определил Юношеский учебный сектор, и прежде всего было выпущено Руководство по технике, задуманное для того, чтобы оказать помощь тысячам руководителей, базовым тренерам и инструкторам футбольных школ, являющихся настоящими хранилищами юных дарований страны.

Франко Карраро
Президент ИФФ

В последнее время произошло чувствительное развитие базового спорта внутри организованной системы, которая всегда отличалась своей любовью к юношескому футболу.

Действительно, многое изменилось за последние годы. Изменились ребята, изменились родители, изменились программа и организация школьной системы, практически весь тренерский состав, по сравнению с прошлым, достиг определенного уровня информационно-культурной базы, касающейся проблематики, связанной с преподаванием футбола, также были расширены научные сферы. Ребята действительно живут в иной общественной реальности, когда компьютер и информатика, незначительно представленные в прошлые годы, стали связующим элементом роста технологии и развития интеллекта, что так очевидно контрастирует со спортивной деятельностью.

В процентном отношении многие данные указывают на увеличение количества родителей ребят, имеющих высшее образование и соответственно более высокий культурный уровень. Они больше участвуют в школьном воспитании своих детей, и более частыми являются случаи, когда родители объединяются с педагогами школы и спорта для определения общего образовательного направления. Но не всегда это удается.

Научная сфера, занимающаяся изучением спорта, значительно способствовала укоренению того утверждения, что юношеская спортивная практика должна быть тесно связана с биологическим развитием, отличающимся в разные периоды и часто не совпадающим с возрастом.

Медицинские знания, особенно касающиеся вопросов профилактики и питания, познания в области психологии, возникновение новых теорий тренировки значительно изменили подход к спорту, учитывая очень важный культурный багаж, полученный в большей степени от специальных и прикладных знаний.

С чем соглашаются абсолютно все, так это с утверждением, что футбол действительно претерпел многочисленные изменения в тактических приемах, правилах и т.д., однако в своем личном техническом проявлении он остался прежним.

Нанести удар по мячу внутренней стороной стопы, или выполнить рывок к воротам, или забить гол головой в прыжке – все это даже сегодня является техническим искусством, не изменившимся со временем, а только закрепившим определенную терминологию, от которой мы зависим в некоторой степени.

Спецификация отражает основу организации, на которой базируется система данных, и если мы ведем речь о футболе, то должны сказать с удовольствием, что здесь мало что изменилось.

После многолетней деятельности можно внимательнее взглянуть на проблему преподавания футбола. Выполнив бесчисленное количество попыток практического исследования на поле, постоянно пополняя информацию о том, что происходило вне пределов наших границ, внимательно изучая специальную литературу и международный опыт, мы определили наиболее правильную и ответственную формулу по предъявляемым к ребятам психомоторным требованиям.

После всех исследований, проводившихся выборочно, на основе не всегда точно обозначенной схемы «прием – передача», как это было бы в математике, было определено, что личность, являясь существом биологическим, представляет собой субъект, призванный отвечать своими реакциями на обучение. Данный субъект располагает средними для ребят этого возраста характеристиками, предусмотренными нормами, но при этом он ведет себя как уникальная личность, выходящая за границы практики.

Другими словами, едва лишь представится возможность, ребенок проявляет всю свою индивидуальность, подтверждая свою личную двигательную индивидуальность и, особенно, свою индивидуальность футболиста.

Часто преподаватели или тренеры по футболу могут увидеть это во время проведения тренировок. Однако она, индивидуальность, образуется в результате ошибок, на основе которых затем формируется наиболее верный путь для обучения. Здесь важно не механически запоминать ошибки для того, чтобы не повторять их в дальнейшем, а предвидеть результаты, основываясь только на теоретических данных, полученных из тестов и протоколов обучения. Мастерами футбола становятся тогда, когда достигают возможности иметь свое видение поля, а также использовать опыт других, представленный в специальных книгах для тренеров, и обучаться на опыте предыдущих футболистов, достигших успехов и укрепивших свое мастерство.

Важно продолжать верить, признавать путь развития через идею, останавливаясь время от времени, чтобы иметь возможность осмыслить прошлое и не дать результатам ускользнуть из рук.

Руководство по технике для футбольных школ, задуманное в большей степени Управляющим Комитетом Юношеским и Учебным Сектором, Президентами Региональных Комитетов, и воплощенное с незаменимой помощью профессора Стефано ДОттавио и энтузиазмом секретаря Барбоза Бенедетти, подчеркивает желание сделать остановку для того, чтобы взглянуть, что было сделано за эти годы, и особенно, **чтобы определить, могут ли эти страницы стать точкой соприкосновения между Федерацией и наставниками юношеского футбола, или отправной точкой для последующего пополнения данными.** Мы можем с уверенностью сказать, что мы не оставили без внимания ни первый вопрос, ни второй.

Как мы уже говорили, компетентность юношеского тренера растет изо дня в день. В определенное время он обращается к потенциалу одного из нас, касаясь

как обучения, так и способности сочетать культуру с практикой, способности выработать план деятельности в хронологическом порядке в зависимости от ситуации, и способности, в конце концов, к приспособляемости парня, чтобы постараться определить с наибольшей дидактической эффективностью программу его обучения. В отношении и юношей, и взрослых нельзя забывать о мотивации обучения, так как она представляет собой профессиональную основу и характеризует человека, осуществляющего эту работу. Искусство обучения определяется эмоциональностью обучающего, важностью того, что мы сознательно признаем влияние, оказываемое на процесс становления юноши, и соответственно на его культурное формирование.

Как взрослым, так и наиболее младшим, игра доставляет удовольствие. Занимаясь этим прекрасным спортом, являющимся сутью нашего существа и наших знаний, мы в результате получаем развлечение. **«Мы развлекаемся через футбол».** Это утверждение должно стать девизом, на который опытный тренер должен ссылаться всегда, так как только тот, кто развлекается, обучая, может заставить обучаться развлекаясь.

Содержание книги, связанное таким образом с многочисленными рассматриваемыми проблемами, мы уверены, должно стать ценной помощью, необходимой тренеру футбольной школы. Чтение различных глав дает возможность хорошо ознакомиться с определенными аспектами, связанными с психобиологическим и технико-моторным развитием ребят от семи до двенадцати лет, и, как мы полагаем, может способствовать разработке программы воспитания посредством футбола. В то же самое время, и с той же самой понятийной последовательностью, применение предложений, содержащихся в Руководстве, должно создать основные предпосылки для подготовки, формирования и развития технических возможностей всех ребят, решивших заниматься этим прекрасным спортом, так любимым нами.

«Carry the ball close to your heart» - или «Неси мяч к твоему сердцу». Этими прочувствованными словами ИФФ начала и завершила недавно состоявшийся семинар о базовом футболе, а мы обращаемся с самыми теплыми пожеланиями хорошей работы ко всем, кто решил посвятить свои технические знания на благо юношеского футбола.

Антонио Паппонетти
Президент Юношеского и учебного сектора

ПРЕДИСЛОВИЕ

С большим удовольствием представляю данное «Руководство по технике для футбольных школ», так как оно находится в полном соответствии с направлениями и обучающей линией Технического Сектора ИФФ.

Полагаю, что оно может явиться важным ориентиром, определяющим технико-обучающие направления для юных футболистов, полезным не только специалистам, но и руководителям, и родителям. Последние играют определяющую роль в процессе спортивного формирования юношей. Вопросы, излагаемые в книге, являются необходимыми для формирования современных тренеров, восприимчивых к необходимости улучшения юношеского футбола через состязательное развлечение занимающихся им, для их человеческого образования, помогая им в развитии здоровой и уравновешенной личности, что гарантирует им счастливую интеграцию в общественную жизнь.

С другой стороны, принимая во внимание данные требования к воспитанию юношей, тренер должен стремиться к результату. Более того, он должен воспитывать в юношах твердые моральные принципы и такие качества, как преданность, порядочность, уважение к авторитету и правилам, чувство долга и самопожертвования, которые могут стать положительным фактором отдачи от спорта. Период становления личности является важным этапом, который характеризуется глубокими и отчетливыми изменениями человеческого организма в области анатомии, физиологии и психологии. Знание этих изменений является обязательным для спортивного специалиста, чтобы он мог определять средства и методы, используемые при тренировке, а также самые подходящие моменты для их применения. Руководство кратко определяет эти возрастные изменения и физико-органические возможности в различные периоды, рекомендуя для достижения каждой поставленной цели основные критерии практического вмешательства. Все это выражено простым языком, делающим книгу легкой для чтения и понимания.

Благодарю президента Юношеского и учебного сектора, Антонио Паппонетти, за приглашение представить это ценное Руководство по технике, и хочу завершить, напомнив, что осуществлению данной работы в качестве делегата Технического Сектора способствовал Роберто Клалюна, который неожиданно и преждевременно скончался, что явилось невосполнимой потерей для Технического сектора.

Азельо Вичини
Директор тренерской школы Технического Сектора

ВСТУПЛЕНИЕ

Данная работа Юношеского и учебного сектора, теоретические разработки и технические страницы, является делом, в который внесли свой вклад все ответственные лица, пожелавшие дать рекомендации, оказать помощь и внести дополнения для того, чтобы вскоре получить «Руководство для футбольных школ», являющееся их общей работой.

Антонио Паппонетти

Президент Юношеского и учебного сектора

ВВЕДЕНИЕ ВО ВТОРОЕ ИЗДАНИЕ

Первое издание Руководства по технике было не чем иным, как первым сообщением, имевшим целью начать диалог между нами и всеми, кто работает с базовым юношеским футболом. Мы хотели представить Вам наши идеи относительно культуры и преподавания футбола, и услышать возможную критику, но, главным образом, мы были готовы получить советы.

В течение года мы осуществляли сопоставление данных общества и специалистов, практикующих на всей национальной территории, и получили многочисленные и действительно важные ответы. Такая широта взглядов, вдобавок к Вашим богатым указаниям, дала нам возможность обновить второе издание Руководства и издать его вовремя. Вернее, улучшить первую версию «делая вклад» из Вашего ежедневного опыта, получаемого на поле.

Мы убеждены, что Федерация, являясь институтом, включающим в себя различные организации, среди которых находятся Спортивные общества и уважаемые тренеры, на этапе разработки программы различных мероприятий, должна всегда учитывать тех, кто действительно может перевести эти программы в плоскость практического применения.

Только участвуя вместе в таких инициативах, как эта, мы можем строить предположения о том, что совершим меньше ошибок в будущем, и поэтому еще больше повысим требования к воспитанию специалистов и, соответственно, к ребятам Футбольных школ.

Антонио Паппонетти

Президент Юношеского и Учебного сектора

ПРЕЗЕНТАЦИЯ

Посредством Руководства по технике, предназначенного в основном для оценки качеств развития питомцев футбольных школ, Юношеский учебный сектор ИФФ сделал возможным использование Руководства всеми специалистами и, любителями юношеского футбола вообще. К Руководству прилагается CD, который содержит советы о том, как вести себя «на поле», а также многое другое.

Эту работу с большим интересом просмотрели лучшие эксперты сектора и предложили кратко изложить технические, педагогические, научные предложения специалистам, находящимся в постоянном контакте с ребятами, переживающими болезненный этап в техническом обучении и, особенно в становлении характера, сознательности, чтобы все ответы по данной теме не были забыты.

Это не только средство, но и возможность сравнить различный опыт и системы тренировки, важный ориентир, отмечающий технико-обучающие направления для будущих футболистов.

Изложенные вопросы являются полезными для формирования образа тренера, способного оценить ребят, предоставив им возможность быть независимыми и способными в преодолении технических препятствий, целью которых является стать примерными личностями для содействия росту футбола вместе с ними.

Руководство по технике содержит предложения, к которым Юношеский учебный сектор посчитал необходимым привлечь внимание, чтобы создать философию, согласно которой юношеский футбол необходимо развивать через развлечение, давать не только технику практикующим его, но и способствовать их личностной реализации.

Серджио Кампана
Президент Итальянской Ассоциации Футболистов

1. НАСТАВНИК РЕБЯТ:	17
КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДЕТСКОГО СПЕЦИАЛИСТА	
Тренер футбольной школы	18
Зачем быть тренером	19
Создание и руководство группой	21
Идеальный тренер:	27
Каким его хотели бы видеть ребята	
1.1.4. Дневник тренера	28
Другие лица, составляющие коллектив специалистов	29
и организации футбольной школы:	
1.2.1. Тренер юных вратарей	29
1.2.2. Тренер по физической культуре	31
1.2.3. Социальный врач	34
1.2.4. Психолог	36
1.2.5. Руководящий арбитр	40
1.2.6. Секретарь	42
2. ТАК ОНИ СОЗДАНЫ: ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ	44
И ДВИГАТЕЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ	
Биологический и хронологический возраст	45
Важные этапы	46
Обе стороны и двуправорукость	49
Базовые моторные схемы для технической сноровки	51
Футбол и девочки	53
3. МЕЖДУ РАССУЖДЕНИЕМ И КОНКРЕТНОСТЬЮ:	64
ТЕХНИКА И ДРУГИЕ ФАКТОРЫ ФУТБОЛЬНОГО	
РЕЗУЛЬТАТА ЮНОШЕЙ	
3.1. Техническая сноровка	68
3.1.1. Таблица технических движений	69
3.2. Координационные способности	84
3.2.1. Взаимосвязь между чувственно - восприимчивой и координационной способностями	86
3.2.2. Общие координационные способности.	86
3.2.3. Особые координационные способности	88
3.2.4. Техничко-координационный фактор	91
3.3. Необходимые условия для коллективной игры: тактические составляющие	93
3.3.1. Тактика в футболе	96
3.3.2. Культурные соображения и связи	96
3.3.3. Командная тактика-организация сотрудничества	99

3.3.4. Тактические задачи игры	101
3.3.5. Тактическая подготовка юношей	102
3.4. Генетические и морфо - функциональные составляющие	112
3.4.1. Условные способности: мускульная сила	113
3.4.2. Условные способности: скорость и быстрота движений	118
3.4.3. Условные способности: выносливость	122
3.4.4. Подвижность суставов	124
3.4.5. Отбор, определение и продвижение футбольного таланта	124
3.5. Психологические и социальные составляющие	131
4. СОСТАВЛЯЕМ ПЛАН РАБОТЫ: РАЗЛИЧНЫЕ ЭТАПЫ, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ ОСУЩЕСТВЛЯТЬ УЧЕБНЫЙ ПЛАН	134
4.1. Составление плана	135
4.1.1. Стартовая ситуация и анализ ситуации	136
4.1.2. Общие воспитательные цели	137
4.1.3. Учебные задачи	138
4.1.4. Учебные средства и содержание	139
4.1.5. Учебный инвентарь	141
4.2. Как мы обучаем?	153
Методика определения преподавания	
4.2.1. Оперативные практические и стратегические основы	156
4.2.2. Познавательный метод	161
4.3. Мы молодцы или они молодцы?	163
Это мы определяем, наблюдая и оценивая.	
4.3.1. Контроль и оценка учебной программы	165
4.3.2. Техничко-оценочный протокол	169
5. НАКОНЕЦ-ТО МЫ ИДЕМ НА ПОЛЕ: НА УРОК ФУТБОЛА	179
5.1. Дидактическая единица и сеанс тренировки	180
5.2. От теории к практике	180
5.3. Рабочие карточки: как они «читаются»	181
5.3.1. Бланк	182
5.3.2. Урок	183
А. приложение: ПРИМЕНЕНИЕ ПСИХОЛОГИИ В ФУТБОЛЬНЫХ ШКОЛАХ	189
В. приложение: ЧТОБЫ ЮНОШИ РОСЛИ ЗДОРОВЫМИ В ФУТБОЛЬНОЙ ШКОЛЕ	195
С. Приложение: СООТВЕТСТВУЮЩАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВОК И МАТЧЕВЫХ ИГР	202
КАТЕГОРИЯ «МАЛЕНЬКИЕ ДРУЗЬЯ»	
6. КРАТКАЯ ПСИХОМОТОРНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РЕБЕНКА 6 – 8 ЛЕТ И ЕЕ СВЯЗИ	215
6.1. Как думают дети 6 – 8 лет	215
6.2. Роль взрослых	216

7. ИГРА КАК ОСНОВНОЙ ЭЛЕМЕНТ ПОЗНАНИЯ НОВОГО МИРА	218
7.1. Пример составления плана в категории «Маленькие друзья»	219
8. ПЕРВЫЙ ДЕНЬ В ФУТБОЛЬНОЙ ШКОЛЕ: ОЗНАКОМЛЕНИЕ С ПРАВИЛАМИ	230
8.1. Официальная деятельность с «Маленькими друзьями»	232
8.2. Футбол, который развлекает	233
Оперативные (рабочие) карточки категории «Маленькие друзья»	238
 КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ»	
9. КРАТКАЯ ПСИХОМОТОРНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РЕБЕНКА 8 – 10 ЛЕТ И ЕЕ СВЯЗИ	296
9.1. Что ищут ребята в футболе	296
9.2. Правила	297
9.3. Принимать неудачи или оспаривать арбитра и тренера	298
9.4. Как пережить матч	299
10. ХАРАКТЕРНЫЕ АСПЕКТЫ РЕБЕНКА 8 – 10 ЛЕТ	299
10.1. Базовые основы составления плана в категории «Малыши»	300
10.2 Учебные цели	303
11. АСПЕКТЫ ПРАВИЛ И УЧЕБНЫЕ НОРМЫ ИГРЫ В КАТЕГОРИИ «МАЛЫШИ»	303
11.1. 5 против 5 в течение первого года	303
11.2. 7 против 7 во второй год	304
11.3. 9 против 9 в течение третьего года	307
11.4. Еще один игрок	307
11.5. Измерение поля для игры и штрафной площадки, мяча и размеров ворот	308
11.6. Обязательное участие в соревнованиях	310
11.7. Три тайма игры	310
11.8. Летучая замена	311
11.9. Тайм-аут	311
11.10. Образ руководителя – судьи	311
11.11. Формирование итоговой таблицы	312
11.12. Заключение	312
<i>Оперативные карточки категории «Малыши»</i>	316
<i>Оперативные карточки вратарей категории «Малыши»</i>	373

КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТ»

12. КРАТКАЯ ПСИХОМОТОРНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РЕБЕНКА 10 – 12 ЛЕТ И ЕЕ СВЯЗИ	416
12.1. Что является важным в становлении футболиста	416
12.2. Мотивация дебютантов	417
13. АСПЕКТЫ И ОСОБЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ КАТЕГОРИИ «ДЕБЮТАНТ»	419
13.1. Базовые принципы по составлению плана в категории «Дебютант»	420
13.1.1. Техничко-координационный фактор	420
13.1.2. Тактико-познавательный фактор	424
13.1.3. Физико-моторный фактор	425
14. ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ АСПЕКТЫ И УЧЕБНО-РЕГЛАМЕНТИРУЮЩИЕ НОРМЫ, РЕГУЛИРУЮЩИЕ ИГРУ В КАТЕГОРИИ «ДЕБЮТАНТ»	426
14.1. Первый контакт с правилами игры в футбол с 11	427
14.2. Турнир «Fair Play»	427
14.3. Три тайма игры и обязательное участие в соревнованиях	427
14.4. Замена игрока	428
14.5. Тайм-аут	428
14.6. Размеры ворот	428
14.7. 11 против 11 на ограниченном поле	429
14.8. 7 против 7 - как опыт тренировки	429
14.9. Судейство соревнований	437
14.9.1. Знать правила игры	437
14.9.2. Контакт с судьей	438
14.9.3. Рекомендация для судей	439
<i>Оперативные карточки категории «Дублер»</i>	<i>442</i>
<i>Оперативные карточки вратарей категории «Дублер»</i>	<i>499</i>
БИБЛИОГРАФИЯ	540

ПОЯСНЕНИЕ ЗНАЧКОВ

	Преподаватель футбола		Психолог
	Футбольная школа		Родители
	Маленькие друзья		Ребята
	Мальши		Честная игра
	Дебютанты		Школа
	Младшие		Двуправорукость
	Ученики		Снаряды
	Вратари		Спортивное правосудие
	Тренеры вратарей		Футбол на 5
	Тренер по физической культуре		Турниры
	Судья		Набор новых членов
	Общественный врач		Летние центры
	Преподаватель футбола		Удар по мячу



1. НАСТАВНИК РЕБЯТ: КРАТКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДЕТСКОГО СПЕЦИАЛИСТА



1.1. ТРЕНЕР ФУТБОЛЬНОЙ ШКОЛЫ



Тренировать и обучать юношей игре в футбол - непростая задача. Необходимо, чтобы специалист был в состоянии сочетать технические, тактические, воспитательные, психологические и коммуникативные качества, всегда учитывая возрастные особенности обучающихся. Его компетентность касается всех сфер преподавания в школьном возрасте и подразумевает наличие достаточных знаний для решения проблем, связанных с динамикой моторного обучения. Он также должен знать и учитывать процессы, регулирующие физическое созревание, и чувствительные этапы, являющиеся основой биологического развития обучения, в особенности, координационных способностей, что является основной поддержкой технических движений. Для тренера молодых футболистов, наделенного такими характеристиками, они являются определяющим фактором в достижении результатов, приносящих удовлетворение, и, как мы полагаем, предохраняют от возможных ошибок и

уменьшают риск навредить растущим способностям ребенка. Поэтому профессиональная компетентность специалиста футбольной школы должна быть многосторонней и значительной в культурном плане.

Юношеский тренер должен отдавать себе отчет, что его работа имеет образовательную ценность, она должна модулировать его предложения, учитывая собственные характеристики каждого возраста.

Общаясь с мальчиками и юношами, и предлагая им учебную программу для взрослых, сокращенную только в количественном плане, можно нанести вред не только росту техники, но и психологии учеников.

До сих пор многие являются специалистами, «больными» боевым духом, не отдающими себе отчет поборниками преждевременной специализации! Реальность же состоит в том, что обучение юношей наоборот не может обойтись без образовательной базы, значительно отличающейся от методов, применяемых для обучения взрослых.

Таким образом кажется очевидным, что в постоянном развитии футбола и педагогического опыта, связанного с программами обучения, фигура тренера должна обновиться соответственно эволюции этих процессов.

Тренер должен формировать мировоззрение молодежи с образовательной точки зрения, развивать и тренировать тактико-технические и моторные умения, которых требует игра. Хороший тренер юношеского сектора и особенно футбольной школы должен объяснить **при помощи** простой методики дидактические цели, индивидуальные или командные. Простая способность показа технического движения недостаточна, необходимо знать лучшую методику для передачи своих знаний и применять ее постоянно.

Кроме того, тренер должен быть очень «гибким», чтобы изменять и приспосабливать свой собственный план в соответствии с новыми приобретенными умениями и очевидно достигнутыми успехами.

В обучении тренер должен учитывать следующие моменты:

- поддерживать на высоком уровне мотивацию для достижения определенных успехов, а именно, обогащать свою методологическую, дидактическую и психологическую подготовку;
- отдавать себе отчет в ограниченности своих собственных возможностей и стараться устранить возникающие в связи с этим трудности;
- максимально подчеркивать свои собственные качества;
- развивать личную философию работы, стараясь, насколько это возможно, находить оригинальные и созидающие решения;
- быть «гибким» и уметь приспосабливаться к условиям, в которых он работает.



1.1.1. ЗАЧЕМ БЫТЬ ТРЕНЕРОМ?

Тот, кто решает посвятить свое время тренировке ребят, должен быть **сильно увлечен** юношеским футболом, так как часто ему приходится работать в довольно трудных условиях, таких как, например: управление весьма многочисленной и неоднородной группой, нехватка материальной базы и снаряжения и т.д. Мотивация является той психологической величиной, которая позволяет преодолевать **трудности и разочарования**, и, наблюдая за ребятами и полученными результатами, она может расти и вызывать энтузиазм.

Тот, кто выполняет работу, связанную с физическим воспитанием ребят, действительно занимается деликатным делом, потому что своим «образовательным действием» воздействует напрямую на психофизическое формирование субъектов и развитие их личности.

Тот, кто берется за выполнение такой деликатной роли, как тренер юных футболистов, должен иметь определенные способности, из которых некоторые смогут только улучшиться, другие же могут быть получены (Таблица 1).

Главным для тренера является следующее: освободиться от фиксированных схем и стереотипов тренировки взрослых, схем, которые могут не позволить необходимой творческой способности развиваться как на уровне индивидуума, так и на уровне группы. Поэтому рабочие предложения должны быть простыми и доступными. В их основу должны быть положены реальные требования к ребятам и требования, созданные воображением по мере появления различных потребностей.

Ученик должен рассматриваться как субъект, а не объект внимания и работы тренера.

Собственные качества, которые могут быть только улучшены	Качества, которые можно получить
● любовь к футболу и к детям в частности	● технико-показательные умения
● коммуникабельность	● умения в организации обучения: в тренировке и в игре
● уравновешенность	● умение общаться
● достаточное самоуважение	● педагогические знания
	● знания технических, тактических и физико-моторных факторов
	● знания о спортивных особенностях футбольной школы и программах ИФФ, Юношеского и учебного сектора.

Таблица 1. – Основные требования к качествам тренера.

Каждая встреча, каждое упражнение, каждый этап обучения в целом должны вызывать положительные изменения в поведении ребят и активную заинтересованность, что благотворно сказывается на общем росте, возможном прогрессе, их желании продолжать заниматься этой прекрасной игрой. Они должны переживать растущее удовлетворение, связанное с улучшением их способности владеть мечом, знать, когда его использовать в соревновании, должны лучше лучше понимать развитие игры и быть в состоянии наиболее эффективно сотрудничать с товарищами.

Тренер - это диспетчер начальных требований к юным футболистам, который должен:

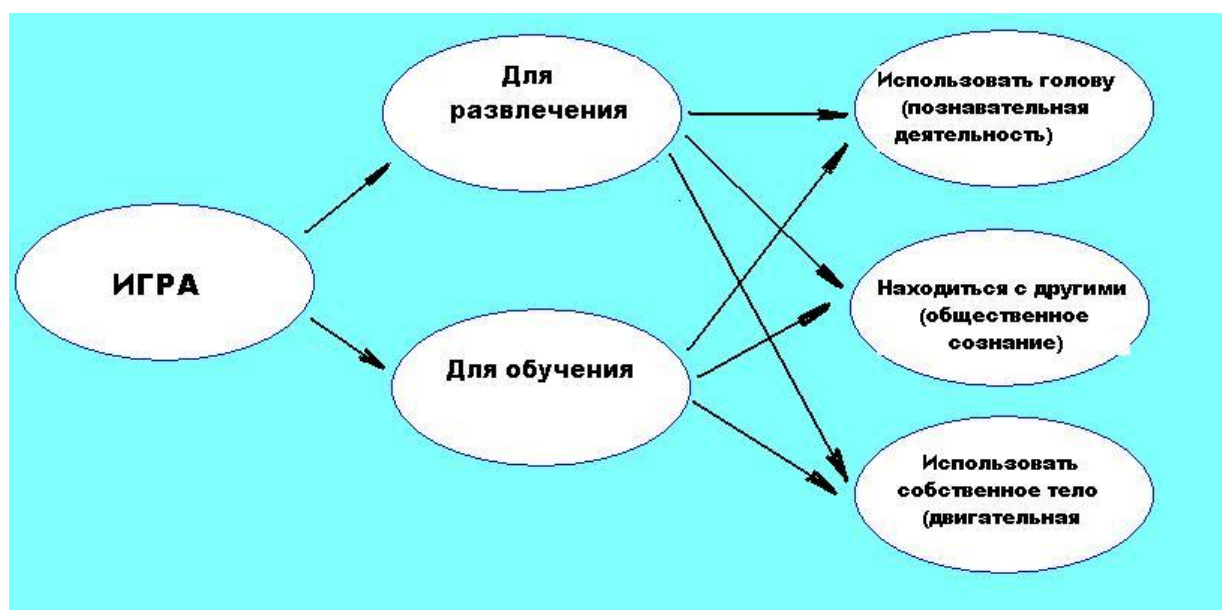


Таблица 1. – Требования к юным футболистам (стр.20)

Уважение природных требований юного ученика позволит тренеру наиболее естественным образом подпитывать его любовь к игре в футбол. Как хороший игрок знает соответствующий ответ на любую ситуацию в игре, так и хороший тренер должен быть скрупулезным в интерпретации обучающей ситуации – обучении, тренировке, соревновании, чтобы дать ответ соответствующим дидактическим выбором на проявленные его учениками потребности. Таким образом тренер получает удовольствие в организованном поиске наиболее подходящего времени и способа эффективно вмешаться в развитие любой ситуации.



1.1.2. СОЗДАНИЕ И УПРАВЛЕНИЕ ГРУППОЙ

Любая команда связана с концепцией игры и философией ее тренера.

С большим основанием можно сказать, что в юношеском секторе первый «гол» необходим каждому тренеру для установления менталитета игры и положительного духа в игре, который затем, в свою очередь, должен передаваться самим ребятам.



ТАБЛИЦА 2 – Роль тренера в Юношеском секторе (стр. 21)

Тренер должен уметь: оценивать, выбирать, принимать решения и действовать. Тем не менее, основным является следующее: его личный авторитет должен быть основан на компетентности, которую бы ребята признали в определенный момент. Также верно и то, что отношения между тренером и ребятами не должны всегда основываться на «руководстве» в «узком» смысле данного слова. Наоборот, открытое ведение целенаправленного диалога с учениками, внесенного в планы и заданные дидактические методики, позволяет получить лучшее из индивидуального потенциала каждого мальчика.

Поступки тренера должны способствовать возникновению доверия к нему со стороны ребят. Такое поведение является основной предпосылкой для того, чтобы ребята сознательно проявили всю свою готовность к обучению.

Тренер по футболу и командным видам спорта в целом, по сравнению с теннисом или плаванием (индивидуальные виды спорта), сталкивается с целой серией проблем, касающихся взаимодействия не с отдельным человеком, а с группой личностей, каждая из которых имеет свои особенности, такие как:

- технические, когда отдельные характеристики должны интегрироваться в техническое поведение различных составных частей команды: следовательно, необходимо обучать большее число индивидуумов выполнять все вместе и одновременно различные движения;
- проблемы психологического плана, диктуемые различиями в личностях ребят, составляющих группу, которые, тем не менее, должны успешно взаимодействовать. Тренер

должен суметь определить такие цели в плане игры и обучении технике, которые удовлетворяли бы требования всех.

Цель тренера - направление деятельности группы на решение общих задач, максимально «выжимая» при этом из каждого парня его потенциальные способности. На основе своих собственных действий тренер должен быть способен:

- выделить проблемы и найти их дидактические решения;
- задать мотивировку всем составным частям группы во время многочисленных этапов деятельности;
- уметь оказать психологическую помощь при возникновении трудностей как для одного члена команды, так и для всей группы.

Поэтому так важно с первых встреч установить хорошие отношения со всей командой в целом и отдельно с каждым, отношение взаимного доверия, которое затем будет поддерживаться и укрепляться.

Что касается самых маленьких, необходимо, чтобы они как можно быстрее оказались в естественной для них среде, организуя с этой целью интересные и развлекательные мероприятия с первой встречи. Со стороны старших ребят, так как они легко идут на диалог, тренер должен получить полную готовность, выбирая наилучшую мотивировку для достижения общей цели.

Тренер должен делать все, чтобы его собственные ученики предпочитали вести себя следующим образом:

- говорить о собственной активности, выражаясь во множественном числе, то есть, как будто являясь составной частью группы;
- выражать энтузиазм (являясь членом этой команды) друзьям, родителям и преподавателям;
- говорить о любых возможных проблемах с преподавателем и товарищами;
- активно и совместно, если возможно, искать решения данных проблем;
- понимать и дорожить философией, когда побеждают и проигрывают вместе;
- отдавать себе отчет в том, что учатся на ошибках.

Для достижения этих целей специалист футбольной школы должен с помощью своего персонала найти хороший пример, чтобы привлечь внимание ребят через коммуникацию и поведение:

- **Всегда говорить во множественном числе:** «Мы проиграли», «Мы должны достичь...», «Мы должны улучшить».
- Указывать группе цели для достижения в тренировке, в соревновании, в определенный период.
- **Установить правила общей жизни:** эти правила должны быть приспособлены сознательно к возрасту учеников, к характеристикам спортивной среды, дополняться воспитательными составляющими (школа и семья), которые способствуют вместе с футболом процессу формирования и развития личности ребят.
- Вместо того чтобы выделять недостатки, **подчеркивать положительное поведение** собственным одобрением: «Молодец, это хорошее решение», «хороший удар головой», «Хорошо, ты сделал то, что я хотел». Использование **положительного усиления** помогает поддерживать высокий стимул и вызывает в ребятах желание достичь финиша сверх своих возможностей. Подчеркивая ошибки, вы создаете менталитет, ограничивающий допущение ошибок в игре.
- **Поощрять альтруистическое поведение:** поддерживать хороший пас, защиту, движение для создания пространства, заслона и т.д. Тот, кто жертвует собой, получает моральное удовлетворение, другие товарищи получают от тренера красноречивое и ясное послание.

- **Препятствовать проявлению индивидуалистического поведения:** в такой игре, как наша, существует один мяч на 22 игрока, необходимо гарантировать всем моральное удовлетворение от владения мячом,
- **Стимулировать участие ребят:** в решении и в целом в деятельности команды, давая возможность всем выражать свое мнение и проявлять собственные идеи.
- **Поощрять случаи нахождения вместе:** является чрезвычайно полезным предлагать возможности для развлечений, что позволяет ребятам находиться в атмосфере вне спорта и, особенно наиболее младшим, находиться в семье. В последние годы мы очень часто видим юношеские команды, проводящие несколько дней в горах в начальный период деятельности, перед началом работы школы. Действительно, такие инициативы подражают «уходу из спорта» профессиональных футболистов, и также верно то, что в этот короткий период, от 2 до 3 дней, ребята имеют возможность объединиться и лучше узнать друг друга, создавая основу для будущей сплоченности.



«Инструктор юношей объясняет урок...»

Во время уроков по технике необходимо создавать всем одинаковую возможность получения знаний, а не действовать, исходя из личных предпочтений. Кроме того, нужно разрешать ребятам свободно выражать себя во время игры, избегая наказывать их за возможные личные решения.

- **создавать обратную связь,** что укрепит растратенное усердие ребенка.

Этот важный педагогический аспект присутствует на всех возрастных этапах, однако он является основным с начинающими футболистами, которым нравится повторять и повторять технические движения, даже если они еще недостаточно владеют ими. Если же напротив, их будут поощрять только тогда, когда технические упражнения будут правильно выполнены, возможно, что они ограничатся, делая только то, в чем они чувствуют себя уверенно, что значительно сократит их усердие и ограничит возможности получения конечных результатов, которые изначально кажутся очень сложными.

- **наконец, заставлять** ребят давать моральную оценку ценностям, имеющим значение в спорте, как и в жизни. Это должно быть одной из общих целей деятельности ребят, и которую тренер должен учитывать в своей работе. В юноше, который ведет себя на поле, сообразуясь с другими, с большой вероятностью, очень часто будет отражаться этико-социальное отношение, которое будет учитываться им также и в повседневном поведении вне футбола.

В чисто дидактическом плане первичной задачей тренера футбольной школы является в основном содействие в обучении юных атлетов посредством точного организационного выбора, в силу чего:

- деятельность должна осуществляться с постоянным обучением, чтобы стимулировать процессы, способствующие развитию личности.
- необходимо позволять юным атлетам быть активными действующими лицами, у которых происходит постоянный рост положительного опыта, стимулируя их эмоции и мотивировки.
- сама работа должна координироваться ответственным специалистом и обществом в целом для того, чтобы говорить на одном и том же языке.

Поэтому тренер должен:

- **Знать** технику игры и этапы, из которых состоит обучение.
- **Мотивировать и поддерживать** личные и групповые интересы, создавая ситуации благоприятные для достижения предусмотренных целей, контролируя время и место и создавая атмосферу сотрудничества.
- **Способствовать** встречам с различными моторными знаниями собственного культурно-технического багажа, чтобы формировать язык для подчеркивания выразительности и творчества.
- **Оценивать** весь опыт, уделяя максимальное внимание личному и групповому моральному удовлетворению.
- **Способствовать взаимодействию** юношей во время игры, подчеркивая психологические черты каждого субъекта для показа единства группы.
- **Составлять план** работы, предусматривающий цели для достижения и предлагаемые дидактические методы, изменяемые при контроле и оценке, проводимой в определенные моменты.

Тренер юношей кроме основных задач технического и организационного плана должен также знать:

- нормы, регулирующие участие в официальной деятельности ИФФ категорий «Дебютант», «Малыши», «Маленькие друзья», и контролировать составление плана соревнований, турниров и массовых мероприятий.

Совместно с ответственным специалистом футбольной школы тренер должен:

- организовывать встречи с родителями, на которых объясняется организация и цели группы, стратегия для их достижения, порядок развития сезона;
- определять действия, касающиеся образовательных целей, для их совместного достижения всеми специалистами футбольной школы, указывая подробно задачи и функции каждого, и доводить их к сведению ребят и родителей.

Кроме того, тренер:

- принимает участие в технических и организационных заседаниях, назначенных обществом;
- постоянно осведомляет ответственного специалиста и руководителя футбольной школы о положении в его группе, совместно пытаясь решить проблемы коллектива и согласовывая со всеми рабочую стратегию по этому вопросу;
- составляет письменные отчеты о дидактических планах в целом и в течение определенных периодов, отмечая особенности своей группы.

1. **Обучать усердию, взаимному уважению и сотрудничеству.**
2. **Не отдавать предпочтение ни одному ученику в частности, быть последовательным в данных правилах и выполнять данные обещания.**
3. **Подбадривать и заинтересовывать, не попрекать.**
4. **Не восхвалять себя при победах, не падать духом при поражениях.**

5. Нести энтузиазм, радость, уверенность и оптимизм.
6. Уважать желание ребят развлечься.
7. Предлагать задачи для решения, а не решения для запоминания.
8. Преследовать очередную цель, помня, что слишком много стимулов вызывают путаницу.
9. Кратко излагать в нескольких фразах значение сообщения.
10. Составлять планы выполняемой работы, учитывая возрастные этапы.
11. Уделять внимание, как росту индивидуума, так и команды в целом.
12. Вселять командный дух, пробуждая великодушие к товарищам.
13. Стараться максимально ограничить уход ребят во время сезона.
14. Заставлять всех учеников играть в состязательном и соревновательном духе.

ТАБЛИЦА 3 – Правила тренера футбольной школы.

1.1.3. ИДЕАЛЬНЫЙ ТРЕНЕР КАКИМ ЕГО ХОТЕЛИ БЫ ВИДЕТЬ РЕБЯТА



В результате опроса, проведенного в некоторых регионах среди ребят общества Национальной Любительской Лиги, выяснилась краткая характеристика идеального тренера для всех категорий:

Категория	Должен быть	Должен уметь
Маленькие друзья	<ul style="list-style-type: none"> ● Симпатичным 	Желать добра Развлекаться Позволять играть Помогать в трудностях Подбадривать Верить в способности своих ребят Делать подсказки
Малыши	<ul style="list-style-type: none"> ● Симпатичным ● Другом ● Молодым 	Обучать Помогать в трудностях Исправлять ошибки Становиться лучше Желать добра Подбадривать Верить в способности своих ребят Делать подсказки Мягко ругать
Дебютанты	<ul style="list-style-type: none"> ● Симпатичным ● Понимающим ● Чутким 	Готовить футболистов Уметь сурово отчитывать и хвалить в зависимости от ситуации Передавать решимость Не оказывать предпочтений Преподавать технику Нести энтузиазм и уверенность в себе

ТАБЛИЦА 2 – Краткие характеристики идеального тренера футбольной школы

Из данных, кратко изложенных в представленной выше таблице, ясно видно, какими являются требования и ожидания субъектов футбольной школы, находящихся в периоде физического и духовного развития. Эти сведения, без сомнения, имеют показательное значение и одновременно являются важными для взрослых, взаимодействующих с ребятами. Они должны всегда учитывать их, если хотят приблизиться к ожиданиям и требованиям маленьких футболистов.

1.1.4. ДНЕВНИК ТРЕНЕРА ФУТБОЛЬНОЙ ШКОЛЫ.



Мы уже говорили в предисловии, что рост мастерства юных футболистов напрямую связан с ростом тренера. Надо отдавать отчет в важности этого заявления, так как тренер, заинтересованный в полном развитии индивидуума, постарается обогащать свои знания и свои методы общения, для того, чтобы находить всегда новые мотивации, а также для достижения высшего профессионализма. В связи с этим, дневник, в который постоянно заносятся мысли о применяемых методах преподавания, об уроках и матчах, станет ценным инструментом, позволяющим запомнить наиболее значимое из достигнутого и возможные ошибки.



Вопросы, предложенные нами ниже, должны удовлетворить различные требования. Они представляют пример справочника, позволяющего наиболее эффективно вести дневник.

После каждой тренировки:

- 1) Как я составил план? Были ли достигнуты ее цели? Был ли соответствующим выбор средств, для достижения заранее определенных целей?
- 2) Какими были мои личные предпосылки (серьезность, желание тренировать) перед началом тренировки?
- 3) Что явилось трудностью? Как были решены появившиеся проблемы?
- 4) Как я мотивировал различные рабочие предложения?
- 5) Сколько времени я посвятил для развития:
 - условных способностей?
 - координационных способностей?
 - техники?
 - способностей по сотрудничеству в двух этапах игры?

- 6) Насколько положительным было мое вмешательство в ход тренировки? Это был хороший пример?
- 7) Насколько я способствовал улучшению жизни группы и межличностных отношений?
- 8) Сколько времени я посвятил свободной игре?
- 9) С каким психологическим настроем участвовали в тренировке ребята?
- 10) Индивидуальные пометки для следующего раза или для будущего.

1.2. ДРУГИЕ ЛИЦА, ПРЕДСТАВЛЕННЫЕ В ФУТБОЛЬНОЙ ШКОЛЕ



Данная часть полезна для исследования задач и функций тех, кто на разных этапах играет определенную роль в футбольной школе. Цель ее дать рекомендации по методам, которыми оценивают существующие ресурсы, во избежание отклонений и дублирования различных функций общества, а также объединить усилия, направленные на создание доброжелательного климата, являющегося необходимым условием для обучения юных футболистов.

1.2.1. ТРЕНЕР ЮНЫХ ВРАТАРЕЙ.



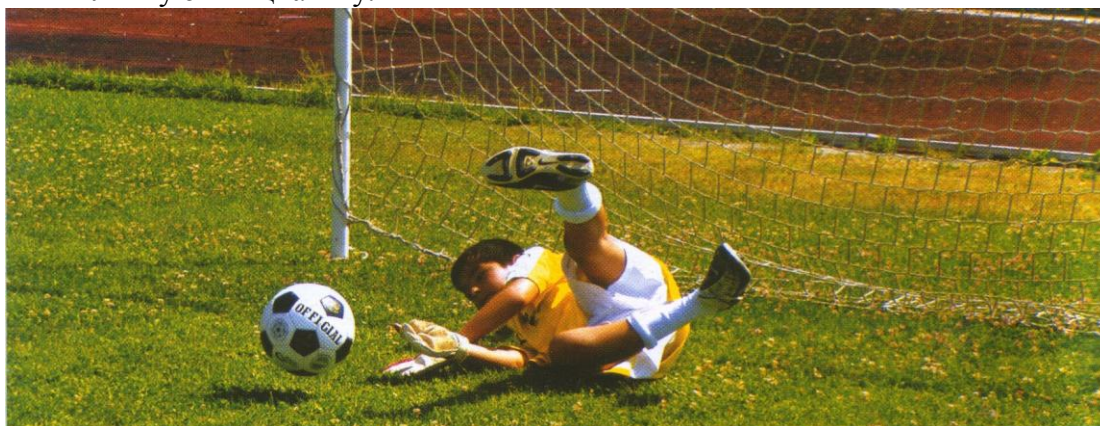
Среди лиц, составляющих коллектив специалистов футбольной школы, тренер вратарей играет чрезвычайно важную и сложную роль. От него требуются очень специфические знания для дополнения общего технического проекта. Ему необходимо тесно сотрудничать с тренерами отдельных команд. Если группа вратарей многочисленна, то ее можно разделить на несколько подгрупп, максимум по 6 учеников одинакового биологического и



«Специальное упражнение, выполненное с уверенностью, способствует обучению»

технического возраста, объединив условно на одной тренировке вратарей «Малышей» и «Дублеров». Категория «Маленькие друзья» на этом этапе должна быть исключена из данной специфической дифференциации роли вратарей. Что касается 8-12 летних, то данная группа должна быть всегда открыта для пополнения другими ребятами, выразившими желание играть в воротах. Одновременно необходимо разрешать ребятам, если они пожелают, вернуться в командную группу. Тренер должен постараться не оказывать влияния на ребенка, а приблизиться к нему спонтанно, играя свою роль. Только в случае наличия явных и заметных способностей, инструктор может с необходимой чуткостью предложить ему данную техническую практику (не принуждая). Нельзя пренебрегать, особенно на первых этапах обучения, правильной педагогической помощью ученику (выбранной практики и методики обучения) во избежание несчастных случаев и травм, что может преждевременно отдалить его от роли вратаря. С этой целью, в частности, предусмотрено

использовать резиновые мячи для отражения ударов или маты для смягчения падений (смотри раздел «Учебный инвентарь»). От создания группы вратарей можно перейти к развитию рабочей программы, опирающейся в основном на подготовку и укрепление способностей по координации, основных предварительных требований к обучению техники. Роль инструктора юных вратарей является очень сложной, требующей многосторонней подготовки. Он должен стараться стимулировать развитие у себя критического мышления, открытого для определения рабочей стратегии и оценки каждого ученика с точки зрения его индивидуальности и специфических особенностей. Немаловажной является награда за усилия, проявленные до получения результатов, она стимулирует ребят в творческом участии и их личную инициативу.



«Постепенно условия упражнений приближаются к реальным условиям».

Очень важно, чтобы тренер имел глубокие знания по технике и тактике, и, кроме того, хорошие знания об их моделях. Также тренер должен быть способен внимательно наблюдать, располагаясь должным образом и в соответствии с особенностями оцениваемого движения. Кроме того, после возможного исправления, лучше выполнить ошибочное движение для того, чтобы сравнить физические ощущения, связанные с двумя разными движениями. Кроме вмешательства тренера, одним из видов исправления является самооценка, появляющаяся посредством постоянного получения информации через органы чувств во время движения (положительная обратная связь).

Кратко задачи тренера юных вратарей футбольной школы:

Дидактические задачи	На поле осуществляется составление учебно-технического плана футбольной школы, связанного с его собственной группой вратарей.
Организационные задачи	В сотрудничестве с ответственным специалистом согласует и контролирует организационные и воспитательные вопросы поддержки своей собственной деятельности
Связь со специалистами	Постоянно находится в связи с тренерами командных групп для взаимодействия с ними и достижения специфических технических целей
Связь с руководством общества	Совместно с ответственным специалистом докладывает о достигнутых целях и возможной стратегии для улучшения дидактической деятельности
Связь с родителями	Принимает участие во встречах с родителями по воспитательной проблематике, связанной с деятельностью, для решения данных вопросов.

ТАБЛИЦА 3

В рабочих карточках, вы найдете дидактические и специфические особенности роли вратаря.

1.2.2. ТРЕНЕР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И МОТОРИКЕ.



Тренер по атлетической подготовке и тренер вратарей образовали прорыв в области специфической футбольной тренировки, особенно в профессиональных обществах. Своевременно и в подходящий момент появилась фигура специалиста, который может оказать помощь в составлении плана обучения, связанного с ауксиологическим развитием (наука, изучающая факторы роста). Для лучшего понимания темпов роста на различных возрастных этапах, **тренер по физической культуре и моторике** футбольной школы, работая параллельно с различными командами (или группами), должен уделить время каждому тренеру. Полученные специфические знания станут основой создания моторных и координационных предпосылок, необходимых для составления годовых учебных планов, определения последовательности и порядка преподавания различных дидактических единиц.

Это лицо, которое должно своим личным вмешательством оказывать помощь в работе специалистам, нуждающимся в информационной поддержке, чтобы наиболее точно определить основную работу по координации, технике и совместные усилия для оказания помощи в развитии физических качеств.

Спортивная подготовка подвергает организм и личность юноши большому количеству воздействий, преобразующих его моторные, познавательные и коммуникабельные качества посредством:

1. укрепления состояния здоровья;
2. развития базовых моторных способностей;
3. приобретения целого диапазона нехарактерных движений, а в последующем специфических, основывающихся на «базовых моторных схемах»;
4. совершенствования физиологических функций.

Основной предпосылкой в подготовке ребят является приведение в соответствие средств и методов общей спортивной подготовки с требованиями к формированию мальчика и юноши. Осуществление этих намерений является возможным только благодаря знанию проблем и общих вопросов, характеризующих спортивную подготовку юных атлетов.

Спортивная подготовка юношей представляет сегодня очень актуальную тему, которой занимаются спортивные работники, сознающие свою роль в поддержании состояния здоровья и развития ребят. Возникает потребность в наличии общего взгляда на спортивную подготовку юношей, которая не ограничивается подготовкой элитных атлетов с определенными рабочими нагрузками, а сознает необходимость многолетнего пути развития ребят и юношей.

Опираясь на укрепление базовых моторных способностей, распределение этой задачи на многие годы, позволит достичь очень высокого уровня в развитии, как моторных способностей, так и техники. Правильно запланированная многолетняя подготовка начинается с использования общих средств, позволяющих создать базу, на которую будут опираться, посредством всегда определенных и постепенно изменяемых как в объеме, так и в интенсивности нагрузок, особые спортивные результаты во взрослом возрасте. Для того чтобы гарантировать правильное соотношение, как физического, так и эмоционального равновесия, характеризующего различные этапы развития юноши, необходимо предварительно определить различные цели и конечные задачи, исходя из соблюдения

принципа многосторонней подготовки (смотри раздел «Оперативные практические и стратегические основы»). Конкретно на практике - это использование обширной серии упражнений, развивающих в основном координацию движений и скорость выполнения с обычной нагрузкой.

В последние годы перед Юношеским и учебным сектором, Курсах CONI-ИФФ и базовым тренером был поставлен, со стороны тренеров, практикующих на данных курсах, вопрос о получении конкретной помощи в решении проблем, касающихся развития моторных способностей ребят от 6 до 12 лет (футбольной школы).

Большая часть слушателей курсов и тренеров, работающих в юношеском футболе, встречаются с ситуацией боязни допустить ошибку, предлагая упражнения, которые могут негативно сказаться на состоянии здоровья ребят. Эта боязнь понятна, учитывая специфику работы юношеских тренеров, большая часть которых не имеет специального образования (Высшее **спортивное** образование или Диплом ISEF, полученный на курсах университетского обучения). Поэтому к компетенции преподавателя по физической культуре и моторике относится деликатный вопрос о координации методик тренировки ребят в футбольных школах. По этой причине во всех футбольных школах должен находиться преподаватель по физической культуре и моторике (обычно ошибочно называемый преподавателем по атлетике), который не является преподавателем определенной группы, а рабочим координатором многих групп.

Роль и задачи преподавателя физкультуры и моторики в футбольной школе:

- постоянный контакт со специалистами по поводу учебного планирования,
- составление планов и организация физической деятельности для различных категорий футбольной школы,
- отбор, выдача и анализ тестов оценки физического развития и координации.

Необходимые характеристики, которые должен иметь преподаватель по физкультуре и моторике:

- Высшее **спортивное** образование;
- Особая подготовка в штате Технического сектора ИФФ;
- Совершенствование в университете по спортивным играм, и в частности футболу (Мастер и т.д.);
- Курсы повышения квалификации Юношеского и учебного сектора и Технического сектора ИФФ; Управление Юношеских Центров CONI, AIAC.

Кратко задачи преподавателя по физкультуре и моторике футбольной школы

Дидактические задачи	Осуществляет на поле практические действия, связанные с развитием моторных способностей: по координации и условных.
Организационные задачи	Согласовывает с ответственным специалистом и проверяет совместно с ним организацию воспитательной деятельности.
Связь со специалистами	Находится в постоянном контакте с тренерами командных групп, сотрудничает с ними для достижения специфических дидактических целей.
Связь с руководством школы	Совместно с ответственным специалистом отчитывается о достигнутых результатах и вырабатывает стратегию для улучшения дидактической деятельности.
Связь с родителями	Принимает участие во встречах с родителями по вопросам воспитания, связанным с деятельностью школы

ТАБЛИЦА 4.

1.2.3. СПОРТИВНЫЙ ВРАЧ



Универсальная роль спортивной медицины заключается сегодня в улучшении организации своих услуг и увеличении в будущем количества обязанностей.

Поэтому необходимо, чтобы каждая спортивная ассоциация, даже на юношеском уровне, имела эффективную медико-санитарную организацию, которая наблюдала бы за юными атлетами во время спортивных занятий на поле, в спортзале, во время тренировок и соревнований.

В этой медико-санитарной структуре спортивный врач является лицом, призванным соблюдать требования общества и решать все проблемы по санитарной защите спортивной деятельности.

Основной задачей деятельности спортивного врача является контроль здоровья и поддержание физической целостности всех тех, кто занимается спортом. Медицинская служба должна находиться в прямом контакте с руководящей структурой и, особенно, со специалистами школы, посредством:

А) Согласования и эффективного осуществления медицинских осмотров общей пригодности для «Маленьких друзей», «Малышей» и «Дебютантов»;

Б) Организации медицинской службы при проведении тренировок, соревнований, турниров;

В) Оказания медико-травматологической помощи в случае болезни или при несчастном случае;

Г) Сообщения о несчастных случаях, произошедших во время занятий спортом, органам страхования;

Е) Организации встреч руководителей, тренеров, атлетов, родителей для ознакомления с последними данными, обучения и информирования по следующим темам: личная гигиена, питание и т.д.;

Д) Составления медицинской карточки на каждого ребенка.

Врач футбольной школы для «зеленых атлетов», то есть развивающихся объектов, должен стать доверенным лицом. Он должен знать их проблемы и заботы, подсказывать правильное поведение в жизни, например, обращать внимание на вредные привычки и риск, связанный с курением, потреблением алкоголя и лекарственных средств (ДОПИНГ), и являться связующим звеном между руководством, тренером и семьей.

Хорошая санитарная структура является показателем высокой организации общества; в связи с этим хотим напомнить рекомендации Европейского Союза и ЮНЕСКО: развитие через спорт является эффективным методом увеличения профилактического воздействия на здоровье всех граждан.

Кратко задачи спортивного врача футбольной школы

Дидактические задачи	Принимает участие в заседаниях общества для пополнения медицинских знаний руководителей и специалистов.
Организационные задачи	Согласовывает и контролирует эффективность медицинских осмотров пригодности при проведении футбольных игр.
Связь со специалистами	Находится в постоянном контакте со специалистами для проведения мониторинга состояния здоровья юных футболистов.
Связь с руководством школы	Совместно с ответственным специалистом отчитывается о достигнутых результатах в области медицины и о

Связь с родителями	возможной стратегии улучшения. Принимает участие во встречах с родителями, посвященным медицинским вопросам, связанным в частности с профилактикой, гигиеной, питанием, использованием и злоупотреблением медицинскими средствами.
--------------------	---

ТАБЛИЦА 5

1.2.4. ПСИХОЛОГ В ФУТБОЛЬНОЙ ШКОЛЕ.



Организовывать информационно-образовательную сеть, как для родителей, так и для детей, способствовать выявлению путей, соответствующих психофизическому росту индивидуума. Преподаватели, инструкторы, педиатры, психологи, призванные для этого, выполняют свою деликатную задачу, вмешиваясь сознательно, и полностью отвечают за свои поступки.

Потому становится важным, чтобы каждый, кто работает с ребятами, юношами и их семьями, постоянно улучшал свое собственное техническое, дидактическое и психологическое образование. Следовательно, каждое действие должно иметь целью стремление способствовать и организовывать условия для роста благосостояния ребенка, в то же самое время, помогая семье в его образовании.

Психолог, призванный в футбольную школу или спортивное общество на одну или несколько встреч, или на консультацию, должен уяснить, что с самого начала он должен правильно понять условия, в которых он собирается работать, и способствовать полному развитию человеческих ресурсов, предоставленных в распоряжение обществу юным атлетом. Это может произойти, только если профессионал учитывает некоторые основные аспекты в отношениях, которые сложатся у него в футбольной школе или спортивном обществе.

Поэтому первым вопросом является: «Какое образование должен иметь психолог?». Получаем ответ, что психолог, подготовленный оказывать помощь в отношениях между теми, кто работает в спортивном обществе (например: руководитель, сопровождающий, инструктор, врач), и теми, кто пользуется их услугами (родители, дети, ребята), должен поддерживать связи с внешними территориальными структурами (ASL, Церковь, Культурные ассоциации), и, особенно, со школами.

Учение Батесона представило подход к социальной психологии, согласно которому она является «изучением отношений индивидуумов к отношениям других индивидуумов» плюс то, что «необходимо учитывать не только отношение А к поведению Б, но и как это отношение влияет на последующее поведение Б и последствия такого поведения для А» (Батесон Г. «К экологии ума», Адельфи, Милан, 1986 г.).

Поэтому психолог должен:

- оказывать помощь руководителям в управлении и организации деятельности общества;
- оказывать помощь в улучшении отношений и сотрудничества между специалистами самого коллектива, между специалистом и учеником/атлетом, между специалистом и родителями;
- улучшать контакты и передачу информации для ее правильного восприятия ребятами и родителями и сотрудничать с коллективом специалистов;
- помогать специалистам в их деятельности и выявлять главное в их работе;
- усиливать способности по оказанию влияния на взаимодействие особого характера, умея трактовать и анализировать с их помощью условия и цикличность характера коммуникации для понимания значения ежедневного опыта.

С точки зрения содержания, мы можем резюмировать его задачу в следующих трех пунктах:

- информировать о периоде физического и духовного развития личности и о динамике развития группы;
- демонстрировать важность обучения и развлечения;
- демонстрировать важность диалога с семьями и снабжать их полной информацией.

Знакомить в общих чертах с этапами роста детей, который проходит от стадии полной зависимости до стадии интерактивного образа в семье и прогрессивной необходимости взаимодействия в обществе.

Это позволяет тренеру узнать некоторые ключи к пониманию, способствующие более правильному толкованию определенного поведения самого ученика.

Для ребенка встречи с другими людьми, не являющимися его родителями, являются очень важными. Это позволяет ему узнать другие эмоциональные модели поведения, становящиеся основополагающими для него, особенно, в моменты, когда он призван определиться и сделать наиболее ответственный и значительный выбор, чтобы создать свой жизненный план. Таким образом необходимо признать важность развития группы и познавательного развития ребенка.

Тренер, понимающий эти положения, среди которых выделяются составляющие элементы определенной группы, взаимно влияющие друг на друга, понимает важность работы в этом направлении, а также их связь с дидактическими целями, которые необходимо достичь. Таким образом, задачей психолога является:

- оказывать помощь тренеру;
- создавать климат сотрудничества между составляющими группы;
- стимулировать сплоченность;
- развивать самостоятельность/различие между составляющими группы.

Показывать важность образовательной ценности игры и развлечения

Термин «игра» подразумевает любопытство, готовность пробовать, готовность к риску и открытию нового. Под игрой мы понимаем не только то, что развлекает и позволяет проводить время, а весь опыт группы, полученный чрез разнообразные образы: конструктивные упражнения, опыт самоопределения, имитационные игры, ролевые игры и т.д. С помощью игры мы можем отделить некоторые элементы, имеющие место в сложных реальных ситуациях, чтобы их искусственно вводить в условия хорошо определенной схемы поведения, ограничивая ясные правила.

Игры позволяют ученикам улучшать свое **обобществление** и развитие личности и дают им возможность проверять, затем развивать и интегрировать способность понимания и опыта того, что они уже прошли.

Одним из аргументов успеха игры, является ее способность заинтересовывать участников и вызывать их любопытство, преодолевая большое количество препятствий, имеющих у каждой группы: скука и апатия. Преимущество игры заключается в ее применимости ко многим групповым ситуациям и многим темам и проблемам. На практике почти все возможные ситуации можно тренировать и экспериментировать с ними, либо развивать и совершенствовать посредством игры (Сусанна Чиело; Лучияно Виана; Урбино, сентябрь 1994г.).

На практике психолог должен оказывать помощь тренеру на тех этапах, когда необходимо своевременно активизировать групповую игру:

- анализ положения группы;
- введение в игру;
- проба;
- оценка и углубление.

Все это позволяет:

- образовать и/или вновь составить мотивацию;
- стимулировать познавательные способности;
- получить больше знаний о себе и о других;
- прийти до лучшего понимания информации, получаемой от динамики группы;
- развить лучшую восприимчивость чувств юного атлета;
- определить свое поведение не по одному предвзятому представлению, а в зависимости от наблюдаемой реальности;
- приобрести способность активизировать индивидуальные ресурсы каждого члена группы.

Показывать важность диалога с семьей и снабжать ее полной информацией.

Учебный коллектив, способный к диалогу, оказывающий помощь юноше в его процессе роста, часто представляющего собой конфликтную ситуацию между организованными системами (футбольная школа-семья, тренер-семья, тренер-ученик) и системой, создающей беспорядок и трудности, - является необходимым ориентиром.

Для достижения этого, должна быть тесная связь между теми, кто передает информацию, и теми, кто ее получает, как, например, между родителями и тренером, тренером и учеником. Поэтому необходимо отдавать себе отчет в том, что эта связь влияет на поведение того, кто сообщает, способствуя, таким образом, организации успешных действий, долженствующих приносить пользу ребятам. Информационно-обучающая сеть, призванная создавать условия, благоприятствующие росту личности, создана таким образом, что каждая система, входящая в нее, но остающаяся автономной в своем специфическом поле деятельности, должна обязательно разделять цели и задачи другого коллектива. Результатом этого является оказание помощи в воспитательной работе семье и способствование психофизическому развитию ребят. Умение устанавливать отношения требует наличия коммуникативных способностей и **эмпатического** наблюдения.

Поэтому становится важным постоянное развитие тренеров и руководителей, призванных работать с ребятами и их семьями, когда личность психолога может послужить в качестве резерва для установления игры.

Следовательно, психолог может оказать помощь в определении функциональности и производительности, в умении соблюдать правила, существующие в общении между двумя и более индивидуумами, в улучшении качества отношений, устанавливающихся между лицами во время обучения.

Таким образом, предлагаемая последовательность действий является правильной, базирующейся на достижении высшей эффективности предлагаемого действия. Ознакомить семью, чем действительно занимается футбольная школа, означает создать лучшие условия для подготовки настоящей командной игры между взрослыми в интересах младших, и, следовательно, в перспективе, в интересах целого общества. Организация встречи между футбольной школой или спортивным обществом и семьей требует чуткости, и здесь имеются все условия, в которые может и должен вмешаться психолог, чтобы оказать помощь в общении, помогая осуществлению задач, стоящих перед руководителями и/или тренерами.

Поэтому психолог должен, прежде всего, побуждать к философской дискуссии всех тех, кто занимается спортивной деятельностью, чтобы выработать соответствующий язык и теорию, чтобы правильно применять программы. В связи с этим необходимо четко выделить воспитательные цели, являющиеся основными для футбольных школ или спортивных обществ.

Спортивная деятельность становится инструментом, предлагающим юному атлету возможность обучения в условиях развлечения, где отсутствует спортивное возбуждение, вызванное поиском ошибочно предполагаемого и скороспелого чемпиона.

Кратко задачи психолога футбольной школы

В отношении всех членов Общества	Активизирует ресурсы всех членов общества для улучшения межличностных отношений.
В отношении юных футболистов	Создает атмосферу сотрудничества между членами группы, способствуя тем самым формированию у них качеств как футболиста, так личности.
В отношении специалистов	Помогает улучшить отношения и сотрудничество между специалистами одного коллектива, между специалистом и учеником/атлетом, между специалистом и родителями.
В отношении руководства Общества	Выступает с инициативами для улучшения психологической атмосферы.
В отношении родителей	Способствует развитию коммуникативных контактов, приближаясь по своей роли к руководителю и/или тренерам.

ТАБЛИЦА 6

1.2.5. РУКОВОДЯЩИЙ АРБИТР



Столько лет определение судейства подчеркивало его функцию как гарантию сохранения духа игры. В свою очередь дух игры означает: **уверенность игроков; одинаковая возможность игры; преемственность игры и удовольствие играть**. Поэтому правила должны поддерживать судейство и того, кто выполняет эту деликатную задачу.

Такое определение все еще существует в современном футболе, и особенно в современном видении правил футбола. Несмотря на то, что речь идет о детских матчах, данные положения не могут не подтвердить, что они не могут быть не соблюдены:

1. Не делать вреда
2. Встречаться в состязательном равновесии
3. Играть по возможности без перерывов

Несмотря на это, перед тем как начать выступать арбитром, будет лучше задать себе вопрос: *Что и как судится?*

«Каков климат, в котором я должен судить? Я нахожусь с детьми, ребятами, взрослыми, в спортзале, на игровом поле? Что я должен учитывать, только поведение игроков или также мнение тренеров и зрителей?»

Правила, которые я предлагаю, на данный момент являются своевременными? Я в состоянии их соблюдать? Дети в состоянии соблюдать их?

Атмосфера игры призывает меня узнавать и соблюдать правила (первый принцип деятельности футбольной школы) или уменьшать стресс от соревнований? Я должен

повысить напряжение применяемыми правилами или должен оставить его и не вмешиваться в игру?

Как я оцениваю игровые ситуации? Помогать наиболее слабому или тому, кто защищается? Своим выходом я создаю доброжелательную или враждебную ситуацию? Какова моя реакция, что я должен сделать, чтобы изменить ее? Что произойдет, когда я вмешаюсь? Какую реакцию я вызываю?

Поднимая эти вопросы и давая ответы на них, можно подчеркнуть, что арбитр должен уметь описывать, анализировать и впитывать полученный опыт. Важно помнить, что существует целый ряд применения правил, определенных условиями, в которых он работает, которыми определяется смысл и рабочая практика судейства.

Например, матч, играемый ребятами от 6 до 12 лет, должен рассматриваться совсем по иному, чем матч, играемый юношами и взрослыми.

Необходимо всегда помнить, что матч, играемый «Маленькими друзьями», «Малышами», «Дебютантами», служит укреплению знаний ребят о футболе и правил игры; поэтому он является частью обучения.

Целью является создание таких условий футбольного матча, когда четко определены правила и роли каждого: арбитра, тренера, юного футболиста, руководителей, определено поведение каждого в соответствии с его собственной ролью. Становится очевидной важность подготовительных курсов для арбитров, руководителей, учрежденных ИФФ, представленных в форме обсуждения и размышления, призванных не только укрепить и узнать новое содержание роли арбитра и правил футбола, но и создающих возможность сравнить свои знания и знания других членов «планеты футбола» .

Кратко задачи арбитра футбольной школы

Дидактические задачи	Должен знать правила игры и информировать об их различиях и видах применения в основной деятельности.
Организационные задачи	Совместно с руководителями общества работает над организацией соревнований, информируя их до, во время и после проведения соревнований.
Связь со специалистами	Совместно с ответственным специалистом и тренерами сообщает о воспитательных мероприятиях по вопросам поведения, касающихся в основном соревнований.
Связь с игроками	Помогает им в познании правил игры, поощряя у них уважение друг к другу, беспристрастное поведение, приводя положительные примеры.

ТАБЛИЦА 7

1.2.6. СЕКРЕТАРЬ



Секретарь - это организационный координатор футбольной школы, который должен, прежде всего, знать порядки Федерации. Это налагает на него обязанности внимательно и основательно изучать Официальное Сообщение № 1 Юношеского и учебного сектора, публикуемого в июле Региональными комитетами или в Интернете, на сайте Федерации. В это сообщение входит все, касающееся деятельности Юношеского и учебного сектора, включая функционирование футбольных школ. Что касается информации текущего спортивного сезона, то целесообразно получать и внимательно читать Официальные сообщения, издающиеся еженедельно различными Региональными, Провинциальными или Местными комитетами, где содержится вся информация, необходимая для проведения мероприятий, предлагаемых каждым комитетом (программы соревнований, изменения, дополнения, технические и информационные заседания, курсы и т.д.). Этот информационный багаж затем с комментариями доводится до сведения членов технического коллектива футбольной школы для того, чтобы с помощью этой информации разрабатывать еженедельный план. Другой важной задачей секретаря является поддержание отношений с другими обществами; и последнее, но не менее важное, это ежедневный контакт с родителями.

Кратко задачи секретаря футбольной школы

Организационные задачи	Согласовывать мероприятия спортивного сезона.
Связь с Федерацией и Обществами	Постоянный мониторинг, чтобы всегда иметь оперативный контроль над ситуацией.
Связь со специалистами	Постоянный обмен информацией, чтобы всегда иметь точные данные о работе футбольной школы.
Связь с руководством Общества	Регулярные отношения, чтобы иметь данные о деятельности всего общества и предоставление информации о проблемах футбольной школы.
Связь с родителями	Очень важный вопрос, позволяет всегда иметь реальное представление о ситуации, позволяя заранее решить возможные разногласия.

ТАБЛИЦА 8

2. ТАК ОНИ СОЗДАНЫ: ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ И ДВИГАТЕЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ



2.1. БИОЛОГИЧЕСКИЙ И ХРОНОЛОГИЧЕСКИЙ ВОЗРАСТ



Чтобы предусмотреть деятельность субъектов в период физического и духовного развития личности, необходимо учитывать физиологические и психологические характеристики

маленьких учеников. Это является определяющим не только для технической подготовки программ деятельности, которые бы эффективно представляли верное количество нагрузки для улучшения психофизического развития, а также определяли бы разумные критерии функциональной оценки и признания пригодности. Знание различных этапов развития и их последовательность одного за другим, а также значительные индивидуальные различия в течение периода духовного и физического развития, позволяет избежать ошибок в отношении самых маленьких. Человек, как любая другая биологическая единица, от рождения до достижения своей окончательной структуры, подчиняется процессу изменений, характеризующихся изменением количества и качества. Отрезок времени, необходимый для осуществления этих изменений, называется периодом духовного и физического развития личности. Исходя из этого, сформулированы различные классификации, одна из которых разделяет период духовного и физического развития личности на два основных периода: детство (от рождения до 9 – 10 лет) и отрочество (от 10 до 19 лет). Детство, в свою очередь, подразделяется на: первое детство (от рождения до 4 лет) и второе детство (от 4 до 10 лет). В то время как отрочество подразделяется на: период до полового созревания (от 10 до 13 лет), половое созревание (от 14 до 15 лет), период после полового созревания (от 16 до 19 лет). Каждый из указанных периодов соответствует развитию целого ряда природных феноменов (аксологическое развитие), который обычно следует перечисленной хронологии, однако иногда может развиваться быстрее или запаздывать; поэтому не всегда биологический возраст соответствует хронологическому. «Когда» именно производить определенное дидактическое стимулирование, определяет принцип, требующий предложить моторные и технические ситуации, соответствующие данному периоду развития и эмоциональному потенциалу юноши.

Каждый родитель прекрасно знает, что бесполезно и даже вредно стараться заставить своего ребенка ходить в два или три месяца, или требовать, чтобы он говорил в семь или восемь месяцев! Педиатр знает, что ходить и говорить «биологически» следуют одно за другим при развитии головного мозга и крестцовых корешков спинного мозга, что является нормальным развитием ситуации. Дело в том, что каждый процесс определен биологически. Существуют «биологические часы», определяющие наше развитие. Важной задачей каждого тренера является приспособление к развитию своих учеников, позволяя им «своевременно» делать то, что они могут и что они «в состоянии» принять и должны приобрести.

Способности и умения развиваются в соответствии с определенным порядком, зависящим от определенного периода развития. Физические способности, также как и умения имеют биологическую основу, которой необходимо придерживаться, а именно, ее необходимо стимулировать в определенный момент: не раньше, так как это невозможно, но и не позже, так как это бесполезно.

«Убираю лишнее», - так Микеланджело отвечал тем, кто спрашивал его, как ему удастся создавать такие благороднейшие формы из бесформенных мраморных блоков.

На самом деле термин обучать – по латыни *ex ducere* – означает вытягивать, то есть позволять ученику максимально выражать свои возможности по отношению к своему генетическому наследию; и лучшему осуществлению этого способствуют образовательные программы, которые в первую очередь учитывают аксологические ритмы каждого ученика. Только зная этапы природного развития, мы можем способствовать развитию моторных способностей ребят, стимулируя те процессы, которые в данный момент являются наиболее важными. И, наконец, если поддерживать определенную степень тренированности, можно стимулировать и практиковать различные варианты двигательной активности (взаимодействующие между собой) всего спектра спортивной жизни. Научкой доказано, что существуют наиболее благоприятные периоды и наиболее восприимчивые моменты для стимулирования развития определенной способности.

2.2. ВАЖНЫЕ ЭТАПЫ.



Важно помнить, что человеческий организм, подверженный определенным физическим нагрузкам извне, стремится приобрести стимул, создавая необходимые условия и приспособляясь. Это указывает на то, что процесс психомоторного обучения и приобретения подготовки также основывается на индивидуальных биологических возможностях и зависит от их наличия, от качества воспитательного вмешательства и от социальной поддержки. Ребенок с первых месяцев жизни имеет свой собственный биологический путь, значительно отличающийся по многим факторам, связанным с человеческим родом, так и по качествам, унаследованным от родителей. Поддержка и наставления, полученные в определенной социальной среде, дают возможность ребенку соперничать с реальностью, и всегда приобретать большую психологическую и моторную независимость. Исходя из этого, большое значение будет иметь многообразие приобретенного моторного опыта, тем большей будет ответная реакция приспособления с последующим ростом двигательных способностей. Поэтому дидактический процесс обучения зависит от отношений тренер-ученик и является производным результатом взаимосвязи между стимулом и реакцией.

Ясно то, что наличие большой предрасположенности ребенка к определенному виду спорта (генетический фактор) облегчит его приспособляемость. В любом случае является верным, что определенные предпосылки (возможности) становятся таковыми, если они не имеют значительных опытных возможностей.

В последние годы интересы в области изучения физического и спортивного обучения юношей связаны со знанием особенностей различных этапов моторного обучения, и некоторые исследования в этом направлении предполагают наличие биологических моментов, наиболее благоприятных для развития определенных способностей. В специальной литературе различные авторы соглашаются с определением этих периодов развития как *важных этапов* или *магических моментов* (смотри ТАБЛИЦУ 4).

Наиболее благоприятным периодом, в котором можно наблюдать наибольший «толчок к развитию» способностей по координации, является возраст от 7 до 12 лет. После этого этапа обучение идет медленнее, или же побуждение к обучению не вызывает соответствующей реакции. Этому вопросу, подкрепленному экспериментальными подтверждениями, должно быть уделено особое внимание в дидактическом планировании для того, чтобы его правильно можно было применить в этот особый период развития личности. Поэтому необходимо прибегнуть к рабочим методикам, благоприятно сказывающимся на общем развитии моторных способностей, расширяющим основу благодаря возможностям моторики, используя опыт многих видов спорта. В целом решающими являются количество и качество развивающей деятельности. «Многие ребята, считаемые неуклюжими или не имеющими достаточной координации в движениях, не родились такими, они стали такими, так как имели мало возможностей для своего развития и их моторные возможности подавлялись окружающей средой».

В этот же период является благоприятным развитие качеств быстроты, в особенности качества быстроты реакции и частоты движения, так как не цикличная скорость, а скорость действия вызывают максимальное развитие несколькими годами позже.

Желание учиться													

Наибольший толчок в развитии происходит в период полового созревания. И наоборот, относительно трудно в период до полового созревания проводить особые тренировки по анаэробной выносливости, как из-за биологических ограничений (недостаточное производство тестостерона относительно некоторых энзимов анаэробного гликолиза), так и низкой психической интенсивности, требуемой в некоторых видах работы. Что касается подвижности суставов, ее необходимо разделить на подвижность пассивную и активную. Пассивная подвижность находится среди ранних способностей: период ее формирования начинается уже с первых лет жизни и включает весь школьный возраст и продолжается до первого периода полового созревания. И наоборот, наиболее эффективный период формирования активной подвижности имеет последовательное начало и предполагает определенную степень развития силовых качеств. Наибольшая «плодовитость» в изучении спортивной техники совпадает с развитием способностей по координации и незначительно отстает от них. Это период между 8 – 10 годами для девушек и 11 – 12 лет для мальчиков. Значительный толчок в развитии, который можно определить как период закрепления техники, приходится на возраст в 14 – 15 лет, после преодоления критического периода полового созревания, вызывающего изменения в росте, весе, пропорциях тела и отношении сила-вес и сила-рычаг. Последние данные по теме условных способностей можно увидеть в разделе 3.4.



2.3. ОБЕ СТОРОНЫ И ДВУПРАВОРУКОСТЬ

Среди людей, занимающихся спортом, легко заметить, наблюдая, что некоторые из них, в зависимости от вида спорта, предпочитают действовать с большим умением в одном виде, чем в другом. Или же в случае такой спортивной специальности, как бег, прыжки, они получают лучшие результаты, выбрав и определив левую или правую ногу, толчковую ногу для старта или в спринте. Еще одним проявлением выбора одной или другой стороны в спорте служит то, когда атлет выбирает направление вращения, в которое вовлекается одновременно и выбор толчковой ноги. Эта особенность, которая обнаруживается не только в спорте, но в других сферах работы и т.д., вновь возвращает нас к генетическим характеристикам индивидуума, а именно, они входят в состав хромосомного набора, переданного родителями (наследственность). Тем не менее, в результате некоторых исследований было определено, что эта теория не соответствует полностью реальным фактам, и некоторые авторы безоговорочно отвергают эту теорию, ставя на первый план утверждение, что социальное окружение (предварительно организованное) обуславливает

развитие поведения и функциональной специализации, а также доминирование одной стороны по отношению к другой. Это относится к нагрузке, как для высших умений, так и для низших. Обычно у большинства людей, 90% и 75% соответственно для рук и ног, доминирующей стороной является правая. В некоторых спортивных дисциплинах те спортсмены, у которых превалирует использование левой стороны, часто добиваются больших результатов.

Это случается, например, в боксе, фехтовании, теннисе, где левша представляет собой отклонение от нормальной техники, менее контролируемой, к которой необходимо большее время для привыкания. В командном виде спорта в целом, двуправорукость является очень благоприятным условием.

Действительно, в футболе очень трудно предвидеть, что будет делать игрок, если он способен осуществлять одно и то же движение и так же качественно, как правой стороной тела, так и левой.

Как же необходимо вести себя с детьми?

Одним из наиболее интересных вопросов этой проблемы является нейрофизиологический процесс, называемый *«трансфер противоположной стороны»*. Другими словами, это означает, что, выполняя движение одной конечностью одной стороны (например, правой ногой), можно наблюдать заметную приспособляемость другой стороны (левой ноги).

Этот феномен осуществляется через связи на неврологическом уровне, который устанавливает соответствие двух полушарий головного мозга и, соответственно, двум половинам туловища. Согласно некоторым научным работам по этой теме, известно, что трансфер получается наиболее «мощным» от слабой стороны к доминирующей, а не наоборот.

Поэтому, тренируя с разной интенсивностью правую ногу, означает также тренировать на нервном уровне (моторная программа и связь с различными уровнями центральной нервной системой) левую ногу. Следовательно в плане координации необходимо строить схему движения для того, чтобы добиться нужного движения также и другой ногой.

Необходимо подчеркнуть, что этот вопрос не сравнивается с координационными способностями и техническими умениями. Действительно передача нейромускульных способностей, полученных в результате упражнений, сказывается также на производстве мускульной силы.

Несмотря на это, прямое упражнение производит большее увеличение моторной способности. У ребят необходимо постараться организовать сначала выполнение одной схемы движения, закрепляя опыт доминирующей конечности.

Практика также создает на корковом уровне правильное изображение движения. Следовательно, применение методик, способствующих развитию обеих сторон тела, в целом является очень эффективным.

2.4. ОТ БАЗОВЫХ МОТОРНЫХ СХЕМ ДО ТЕХНИЧЕСКОЙ СНОРОВКИ



Многолетний процесс спортивного обучения юношей не мог не принять в расчет эффект многосторонней базовой подготовки. Под многосторонней подготовкой понимается более широкая структура всех базовых моторных схем, присущих ребенку. Для нижних конечностей базовыми моторными схемами являются: ходьба, бег, прыжки. Для верхних конечностей: хватательные движения, бросание, захватывание. Для туловища или самого тела это: катание, ползание, лазание.

Развитие базовых моторных способностей позволяет включать в планирование деятельности моторные элементы, ориентированные в большой степени. Можно добиться того, чтобы

нижние конечности находились в состоянии ходить по гимнастическому бревну, бегать с мячом, прыгать, преодолевая препятствие. Верхними конечностями можно производить более сложные движения, такие, как подбрасывание мяча или бросание его рукой. Тело в целом может передвигаться по отношению к пространству и времени в соответствии с ритмом и т.д.

Таким образом, концепция многосторонности должна постепенно ориентироваться на моторные характеристики определенного спорта, активизируя развитие элементов особых моторных качеств, организовывая приблизительные технические качества игры.

Это полностью подтверждается спортивной подготовкой по схеме, предложенной Мейнел (1984 г). В этой схеме этапы развития координации представлены следующим образом: этап примитивного построения движения, этап сложившейся или утонченной, четкой координации, и этап готовности к различным движениям, где контроль и управление движением приобретают автоматизированную форму и, как следствие, более отвечают особым спортивным требованиям. Прошли годы в спорах об игре, и о том, что необходимо посвятить больше времени коллективной деятельности ситуационного вида, так как необходимо иметь время для достижения четкой и разнообразной техники.



Тем не менее, сегодня, признавая в этом пути определенную теоретическую логику, основанную на десятилетней практике и опыте, игра в целом и ситуативная игра в частности, должны начинаться как можно раньше, не дожидаясь укрепления техники, которая будет улучшаться благодаря предпочтительным отношениям к требованиям игры.

В структурной модели этапы перехода от простой деятельности к сложной идут параллельно игре, подчеркивают глобальность и накладывают элементы, составляющие результат. (Смотри Таблица 5).

Процесс обучения является сложной деятельностью, требующей анализа и обработки целого ряда сенсорной и проприоцептивной информации. Кроме информации, полученной в результате визуального наблюдения определенного моторного поведения, и устных рекомендаций тренера, все моторные схемы являются основными, которые уже твердо усвоены.

Моторная программа усваивается не легко, а обучение определенному свойству требует целого ряда последовательных переходов. Ученик, перед которым стоит задача освоить новое моторное умение, должен учитывать как новую последовательность действий, так и последовательность, которой он уже владеет.

Например, бег и ходьба являются моторными схемами, хорошо изученными за первые годы жизни, однако они являются также базой многих видов спортивной деятельности.

На этапе, когда ребенок начинает играть в футбол, он не начинает заново осваивать эти базовые моторные схемы. Он использует «моторные подпрограммы», подключая их к другим, которые он должен изучить, такие как ведение мяча и удар по мячу. Поэтому новая моторная программа рождается в результате привлечения в нее всех моторных подпрограмм.



Таблица 5 – Параллельная структурная модель (Д'Оттавио 1994 г.)



«Проприоцептивность и техническое движение = особое равновесие»

Многие моторные программы, которые мы обыкновенно применяем, являются не чем иным, как преобразованием наиболее элементарных моторных схем. Не случайно в моторном развитии первых лет жизни: «Новым действием можно овладеть только вытесняя старое действием, порядком выше, которое обычно включает в себя подпрограммы» (Брунер, 1973 г.). Моторная практика делает так, что разные подпрограммы взаимодействуют друг с другом учитывая спортивные требования к технике, гарантируя плавность и гибкость в движении.

2.5. ФУТБОЛ И ДЕВОЧКИ



Среди целей, поставленных Юношеским и учебным сектором, важное значение получает тактико-дидактическое и культурное развитие женского юношеского футбола. Конкретное моторное предложение в детском и юношеском возрасте не может исключаться из соответствующего знания физиологических характеристик и биологических законов роста, которые проявляются по разному у обоих полов. Это ясно предполагает научную поддержку психо-педагогическим и методологическим принципам как в момент определения целей, содержания, средств и методов, так и в момент, когда необходимо установить ограничения для лучшего обозначения наиболее подходящих методик дидактического вмешательства. В целом, рост и физическое развитие происходят постоянно, от рождения до взрослого возраста, однако не одинаково, и между двумя полами существуют определенные различия. (Графики 1, 2, 3 и 4).



«Девочки в Коверчиано в соревнованиях «Ты молодец в ...»

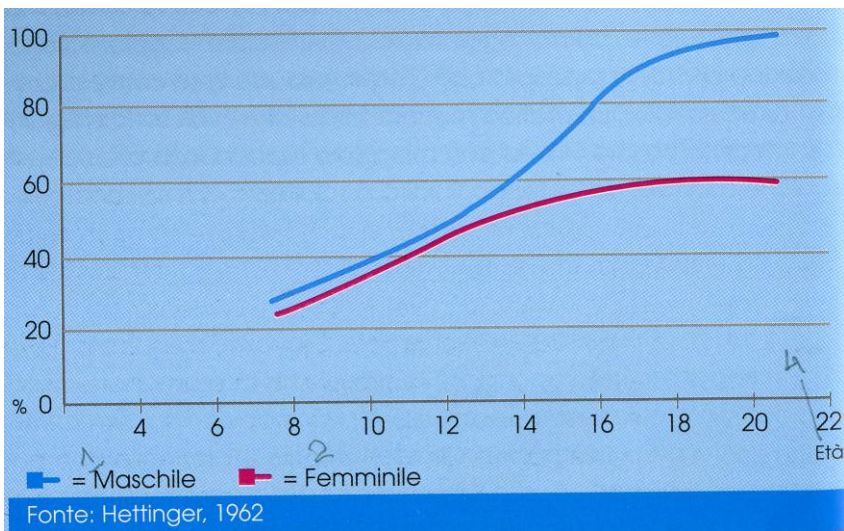


График 1 – Развитие максимальной изометрической силы в зависимости от возраста.

1. Мужчины
2. Женщины.
3. Источник: Хеттингер, 1962 г.
4. Возраст

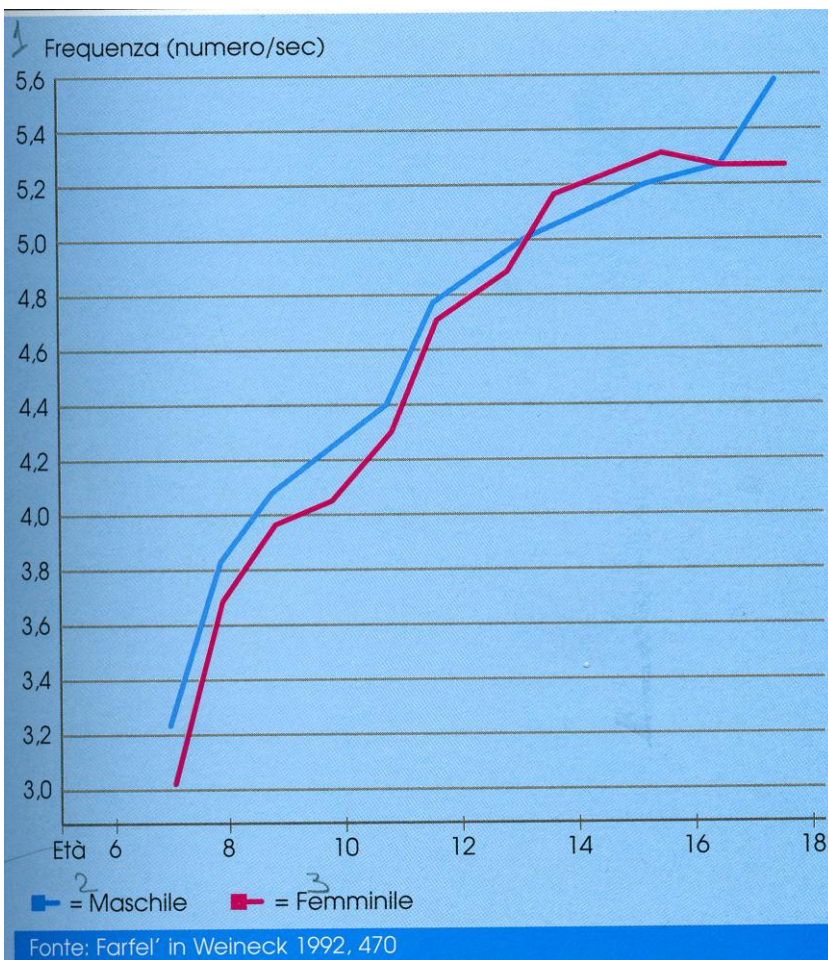


График 2 – Максимальная частота различных движений с неполной амплитудой.

1. Частота (количество/сек.)
2. Мужчины
3. Женщины
4. Источник: Farfel в Weineck, 1992 г, 470.

5. Возраст

Из этих графиков можно сделать вывод о том, что мальчики и девочки до 10 лет могут развивать одинаковый вид физической деятельности, но, начиная с десяти лет, необходимо учитывать некоторые структурные и весовые изменения сначала одного, а затем и другого пола.

Нужно думать не только об очевидных изменениях в весе и росте, но и особенно об изменении физических качеств в период развития, таких как сила, скорость, выносливость.

Как следует из графиков, отражающих развитие координационных способностей (Таблица 6 и Графики с 5 по 12), общее развитие протекает по-разному у двух полов, в частности, способность к ориентации в пространстве, реакция, дифференциация и координация с измерением времени, способность к ритму, равновесию и ловкости развиваются в различной степени у двух полов.

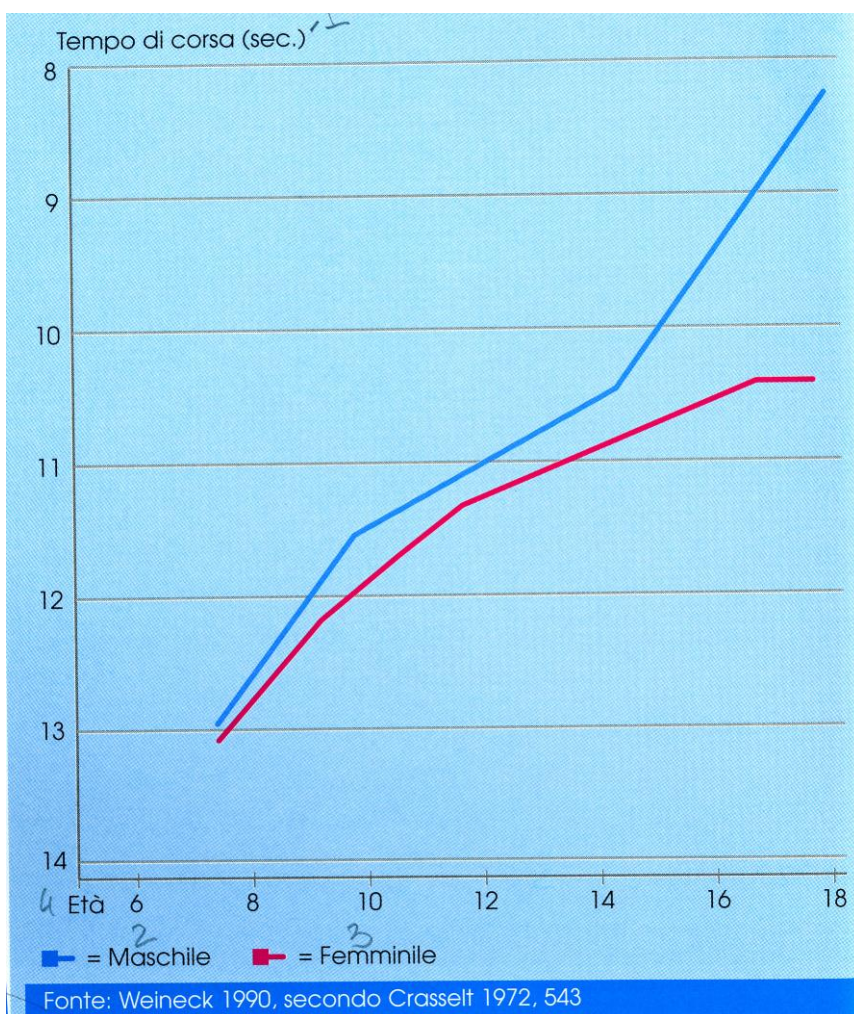


График 3 – Время бега на 60 м, в различных возрастных категориях.

1. Время бега (сек)
2. Мужчины
3. Женщины
4. Возраст
5. Источник: Вайнек 1990 г, согласно Crasselt 1972 г. 543.

Последние способности развиваются раньше у девочек по отношению к своим сверстникам мальчикам. Это показывает, что дидактическая программа для девочек должна полностью

учитывать отличное развитие у них способностей типа координации и наличие большой предрасположенности к развитию моторных возможностей.

Что касается вопроса координации, то в разные возрастные периоды и у разных полов, различия можно квалифицировать следующим образом:

- различные периоды развития полового созревания (девочки 10 – 11 лет, мальчики 11 – 12 лет);
- производство сексуальных гормонов (в основном тестостерона значительно больше у мальчиков, чем у девочек);
- волевые, мотивационные и поведенческие характеристики, результатом которых также является производство андрогена, например, агрессивность;
- социальные стимулы, побуждающие мальчиков развивать большую физическую деятельность.

Следовательно, сначала в девочках ясно определяется особое усиление точной деятельности, в то время как мальчики, имеющие больше побуждений к развитию физической деятельности, в последующих соревнованиях значительно превосходят девочек по скорости.

Поэтому мальчики имеют всегда больше пространства, но они должны в любом случае приобщаться к выполняемым точным исследованиям, которые должны обеспечить ученикам соответствующие побуждения для развития максимального психомоторного потенциала.

Дидактические программы носят тенденцию подчинения природному психологическому развитию с постепенным ростом девочек и их техники.

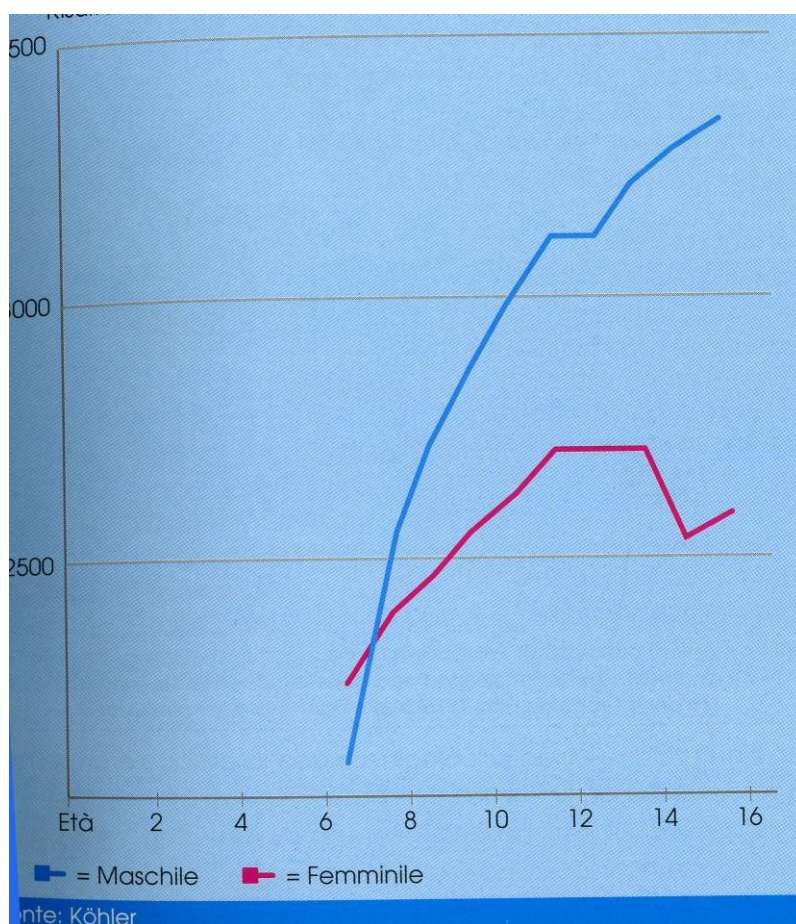


График 4 – Результаты в беге на 15 минут мальчиков и девочек.

Risultato nella corsa (mt) – Результаты бега (м);

Età – возраст;

Maschile – мальчики;

Femminile – девочки.

Таблица 6 – Основные периоды развития координационных способностей во время физического обучения с 1-го (шесть лет) до 10 классов (16 лет) (Хиртц, 1978 г., 343).

Координационные способности	Год обучения											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Координационные способности при временном давлении											Мужчины	
Способности по пространственной, временной и мышечно-суставной дифференциации												
Способность к звуковой и оптической реакции												
Способность ритма												
Способности ориентирования												
Способности равновесия												
Координационные способности при временном давлении												Женщины
Способности по пространственной, временной и мышечно-суставной дифференциации												
Способность к звуковой и оптической реакции												
Способность ритма												
Способности ориентирования												
Способности равновесия												

Дидактическая программа (Смотри Таблицу 9) показывает основные цели, которые тренеры должны достичь, рекомендуя лучшие условия для обогащения моторного репертуара. Данная дидактическая программа может только послужить примером того, как должна быть организована деятельность. Программа может своевременно изменяться, расширяться и приспособлять содержание дидактической единицы для того, чтобы предоставить предложения, подходящие степени моторной и познавательной зрелости девочек, к которым они направлены.

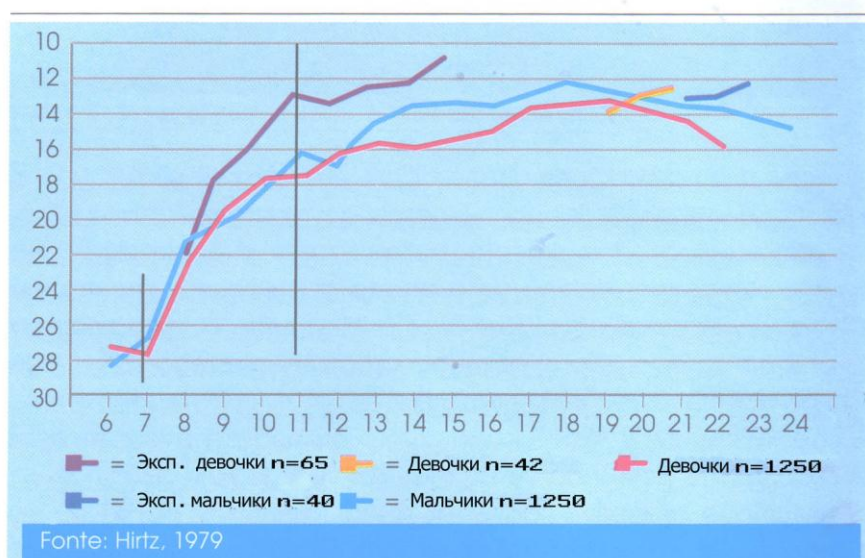


График 5. Развитие способности динамического равновесия от дошкольного до взрослого возраста



График 6. Ловкость (Стеммлер) .

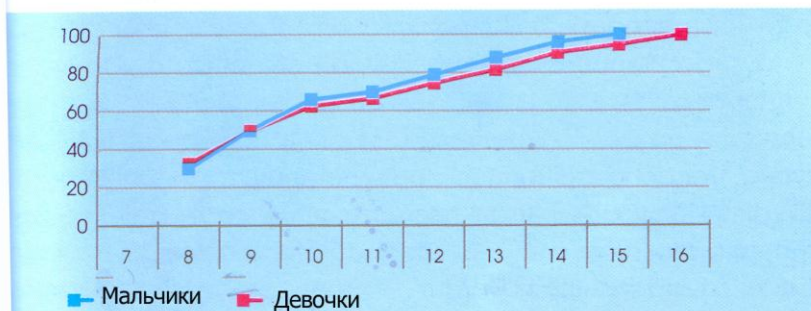


График 7. Координация с изменяемым временем

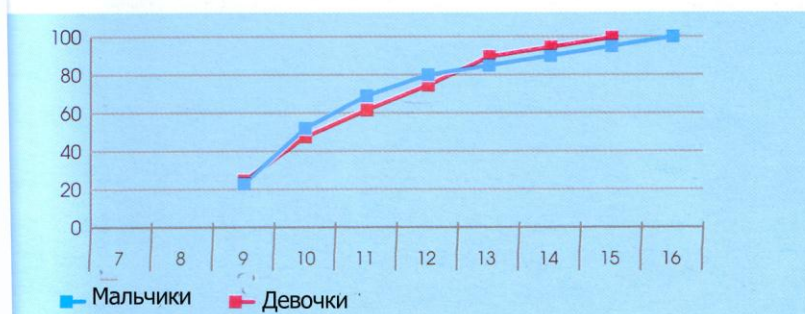


График 8. Способность реакции



График 9. Способность к дифференциации

«Для достижения общих целей необходимо применить минимальные специфические дидактические цели, которые дают возможность постепенно достичь наиболее высоких моторных умений, не забывая промежуточные этапы.

Поэтому необходимо прибегнуть к рабочим методикам, которые бы способствовали общему развитию моторных способностей, расширяя их основу и предлагая многоспортивный положительный многофункциональный опыт.

Поэтому решающими являются вид, количество и качество развиваемой деятельности. Кроме того, необходимо выделить своевременные моменты для проверки и оценки посредством систематического наблюдения за моторным поведением учеников, зная, что точки отсчета будут разными, разным будет и темп обучения, а также разными будут ситуации и опыт, полученный ранее» (Д Оттавио, 1994 г).



«Резиновые двухслойные мячи для облегчения обучения».

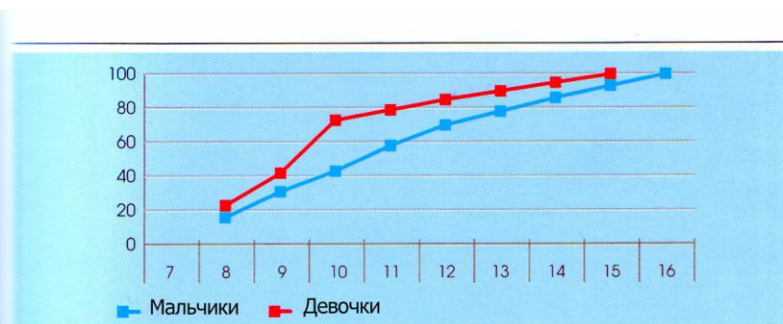


График 1.0. Способность ритма



График 1.1. Способность равновесия



График 1.2. Способность пространственной ориентации

Данная дидактическая программа может только послужить примером того, как должна быть организована деятельность. Программа может своевременно изменяться, расширяться и приспосабливать содержание дидактической единицы для того, чтобы предоставить предложения, подходящие степени моторной и познавательной зрелости девочек, к которым они направлены.

1я-2я-3я неделя	Общие цели: обогатить и укрепить багаж моторного опыта; организация обучению техническим навыкам; контроль и формирование собственного тела в пространстве; развитие способностей чувственно воспринимать				
	Особые цели: развитие способности дифференциации, равновесия, ориентации и ритма по отношению к мячу.				
Доминирующие факторы развития различных дидактических единиц	Исследование точности	Исследование скорости	Наличие противника	Игра	Тест
	Моторная схема Контактные игры Ромашка Шары	Отнимание мяча Отнимание мяча с ударом Ведение мяча на	Граница Граница с ударом	2 против 2	Входной тест: предусматривает перед осуществлением

	Побеждает тот, кто рискует Бег по пунктам Алфавит Лабиринт и цветной лабиринт	своем поле			программы выдачу технических тестов (которые были указаны)
4я-5я-6я неделя	<p>Общие цели: обогатить и укрепить багаж моторного опыта; большой моторный контроль координационных способностей; способствовать сотрудничеству.</p> <p>Особые цели: повышение способности дифференциации, равновесия, ориентации и ритма по отношению к мячу и товарищам; быстрое освоение технических навыков.</p>				
Доминирующие факторы развития различных дидактических единиц	Исследование точности	Исследование скорости	Наличие противника	Игра	Тест
	Соревнование по пенальти Игра с забиванием гола Проход и прием по квадрату	Ведение мяча на своем поле с вариантами Цветной лабиринт (под управлением) Бег и удар	Граница в зоне 2:1 + вратарь (защитник на одной линии - затем в поле) игра с броском вперед (отдых)	3 против 3 4 против 4 – 4 ворот Все внутри	По завершению 4 недели: тест на точность и скорость
7я-8я-9я неделя	<p>Общие цели: большой моторный контроль координационных способностей по отношению к нахождению в пространстве и к противнику; стимулирование достижения функционального уровня и творческого формирования технических навыков; развитие зрительного восприятия по отношению к пространству, товарищам и противнику.</p> <p>Особые цели: приведение в соответствие способностей по дифференциации, равновесию, ориентации и ритма по отношению к товарищам и противникам; быстрое освоение технических навыков при активном противодействии противника.</p>				
Доминирующие факторы развития различных дидактических единиц	Исследование точности	Исследование скорости	Наличие противника	Игра	Тест
	Проход и прием в зоне Проход и прием в четырех воротах	Цветной лабиринт (проход) Бег и удар (с вратарем)	Игра в нору (проход) Квадрат с отрывом от противника Хорошо играть при численном превосходстве	4 против 4 – 4 ворот 5 против 5 Мяч у капитана	По завершению девятой недели: провести тест на скорость

ТАБЛИЦА 9 – Пример дидактической программы для футбольной деятельности девочек футбольной школы.

3. МЕЖДУ РАССУЖДЕНИЕМ И КОНКРЕТНОСТЬЮ: ТЕХНИКА И ДРУГИЕ ФАКТОРЫ ФУТБОЛЬНОГО РЕЗУЛЬТАТА ЮНОШЕЙ



Спортивные игры, среди которых находится и футбол, представляют собой виды спорта, входящие в наиболее специфическое определение: «ситуативные». Техническое исполнение зависит от многих спортивных условий, в частности, от технико-тактических и от противодействия противника и его команды». (Манно, Беккарини, Д Оттавио, 1992 г.).

Футбол на всех квалификационных уровнях от детей до взрослых в течение игры носит именно ситуативный характер и характеризуется моделью, называемой вторжением в технико-тактические действия, когда две команды имеют возможность осуществлять свои передвижения в любой части пространства, предписанного для игры, предусматривая также возможность физического контакта.

Игра в футбол считается спортом с высоким технико-координационным коэффициентом, в котором для ноги предусмотрена очень сложная роль, по отношению к обычной ее роли. У

ног, в сравнении с руками, биологически заложено другое сенсорное развитие. Рукам поручена первичная функция взаимодействия с окружающей средой, а ноги выполняют функции опоры и передвижения.

Иными словами, рабочие характеристики футболиста состоят из следующих компонентов:

- генетических и морфо-функциональных;
- поучающее-воспринимающих;
- технико-координационных;
- условных;
- тактических (познавательные процессы);
- психологических и социальных.

Поэтому содержание и методы, применяемые в программах обучения и развития футболистов должны быть избирательными и учитывать:

- первичные качества (потомственные факторы, биологические структуры);
- **перцептивные** (воспринимающие) требования, зависящие от информации, присутствующей в игровой среде, часто очень разнообразной;
- организацию технического движения, связанного параллельно с развитием координационных способностей;
- построение метаболической поддержки, соответствующей органно-мышечному типу;
- развитие «тактического мышления», создающего у игрока необходимые предпосылки для умения принимать решения;
- соответствующий психологический климат, стимулирующий мотивацию и усердие к получению результата, как на тренировке, так и на соревнованиях, и способствующий расширению возможности социального взаимодействия.

Функциональность и ситуационность (смотри Таблицы 7 и 8, Д Оттавио, 1996г.) означают, что нет никакого смысла тренировать технику, только для техники, если это не будет связано (функциональность) с содержанием (ситуация), и подтверждено применением. Поэтому очень важно, чтобы тренер обучал технике, ставя юного игрока в такие условия, когда тот сознательно воспринимает и своевременно оценивает эффективность своего поведения, что создает еще большую мотивацию для обучения.

ТЕХНИКА ФУНКЦИОНАЛЬНОСТЬ СИТУАЦИЯ

применение-----цель

Таблица 7 – Связь между техникой, функциональностью и ситуацией (Д Оттавио, 1998 г.)

Условные факторы <i>скорость</i> <i>сила</i> <i>выносливость</i>	Выполнение достигнутых целей цель СИТУАЦИЯ
прогноз игры <i>предвидение</i>	применение ФУНКЦИОНАЛЬНОСТЬ ТЕХНИКА
Координационные факторы	

<p><i>точность</i> <i>экономность</i> <i>скорость</i> <i>краткость</i></p> <p><i>адаптация</i></p> <p><i>площадь поля</i> <i>размеры поля</i> <i>метеорологическая</i> <i>обстановка</i> <i>вид мяча</i></p>	<p>Познавательные факторы</p> <p><i>творчество</i> <i>импровизация</i> <i>решительность</i></p>	<p>Тактические факторы</p> <p><i>Сотрудничество,</i> <i>отношение к командному</i> <i>сотрудничеству</i> <i>адаптация к противнику</i></p> <p><i>тактика игры</i> <i>указания тренера</i> <i>адаптация к игре</i> <i>адаптация к среде</i></p>
--	--	---

Таблица 8 – Связь между техникой, функциональностью и ситуацией (Д Оттавио, 1998 г.)

Следует отметить, что понятия функциональность, ситуация и оценка имеют в своей основе системную теорию, выработанную русским нейрофизиологом П.К. Анохиным (1957 г.), который утверждает:

«Любая функциональная система, механическая или биологическая, создаваемая или развивающаяся, для того, чтобы иметь минимальную степень полезности, должна носить циклический характер. Она не может существовать, если к ней не поступает никакого сообщения извне о степени полезности осуществленного результата».

Так же как и многое другое в жизни, обучение техническим навыкам - процесс постепенный, характеризующийся этапами обучения и основанный на принципе повторения. Процесс преподавания в футболе, понимаемом как «ситуативный» спорт, не может характеризоваться только как дидактический метод, направленный строго на стандартные повторения (хотя иногда это неизбежно), но он должен обязательно опираться на другие методы, уделяющие внимание тренировке и соревнованию. Поэтому техническое движение должно быть практичным и уметь приспосабливаться к ситуации и изменению действий. Оно определяется как «open skill» или открытое умение, означающее, что техническая подготовка строится на постоянно меняющейся среде. Различные виды основной техники, такие как ведение мяча, обвод противника, прием и передача, удар по воротам, игра головой, ввод мяча из-за боковой и соответствующие обманные финты, связанные с каждым движением, становятся, таким образом, истинными и собственными функциональными единицами (Д Оттавио 1996 г.). Кроме того, эта техника, относящаяся строго к теоретической модели, рискует быть не приспособленной в полной мере к динамическому развитию ученика, как по морфологическому и антропометрическому аспектам, так и по биологическому и моторному факторам. По этой причине в период базовой активности необходимо соответствовать принципу «гибкого умения». Согласно Р. Шмидту 2002 г., который подчеркивает в своих формулировках важность признания наличия в движении неизменных составляющих частей глубокой структуры и изменяемых характеристик, составляющих поверхностную структуру движения. Первые не подвержены изменениям, а на вторые, наоборот, воздействуют факторы окружающей среды.



«Амортизирующие маты содействуют выполнению акробатических упражнений»

3.1. ТЕХНИЧЕСКАЯ СНОРОВКА В ФУТБОЛЕ



Техническая сноровка в футболе представляет собой вид особой моторной связи, предусмотренной правилами игры. Это основа, на которой базируется действие игры, способность добиваться успеха с большой долей вероятности, условные и особые тактические намерения. Технику в футболе необходимо считать одним из элементов моторного сообщения решений, принятых игроком, поэтому она представляет собой средство, а не первичную цель. Однако верно то, что автоматизированный контроль за выполнением технических элементов позволяет игроку обращать больше внимания на внешние условия, а именно на цели игры. В обучении технике необходимо учитывать элемент экономического эффекта, являющийся определяющим и основным в любом действии игры, так как экономия физической и умственной энергии позволяют получать лучшую эффективность в принятии решения и его выполнении. Таким образом, техническое движение выражается в изменении его исполнительской формы по отношению к различным параметрам, которые также могут быть изменены. Некоторые из них указаны ниже:

- применение силы
- направление подачи мяча
- направление выхода мяча
- изменение скорости, частоты и темпа
- условия равновесия
- наличие противника/противников
- наличие товарища/товарищей
- располагаемое пространство для выполнения действия
- визуальное ориентирование (трудности восприятия)
- сочетание одновременных и последующих моторных элементов
- применение умственных способностей
- физическое утомление
- прогноз до и после выполнения действия
- регулируемое feed-back (контрольная информация во время выполнения) техническое движение. Оно всегда проявляется во время игры в футбол и зависит от степени сложности, более всего от наличия одного или более противников, от располагаемого пространства, от

скорости, необходимой для данной ситуации, а также от технической точности, необходимой для получения успеха при выполнении определенного действия в игре.

Это общее условие, присутствующее всегда во время игры, должно учитываться при планировании технических программ и методик обучения. Поэтому при выполнении дидактических упражнений необходимо, чтобы чаще использовался противник активный или с частично ограниченной активностью, и применялись дидактические правила, контролирующие ограничения и нагрузку при выполнении упражнения (ограничение времени, пространства и т.д.).

3.1.1. ТАБЛИЦА ТЕХНИЧЕСКИХ ДВИЖЕНИЙ



Ведение мяча

Представляет собой элемент техники, позволяющий игроку с мячом передвигаться в любой зоне и в любом направлении поля, сохраняя контроль над ним. Игрок использует этот элемент для того, чтобы выиграть пространство, продвинуться вперед по отношению к воротам противника или в наиболее благоприятных ситуациях дать передачу и ударить по воротам (ориентировка в игре).

Рекомендации по технике

- Всегда контролировать мяч, не отпуская его далеко.
- Использовать наиболее подходящую для этой цели часть ноги.
- Отпускать мяч далеко от собственного корпуса относительно скорости движения при условии отсутствия противника.
- Осуществлять внимательный визуальный периферический контроль, постепенно обучаясь не смотреть постоянно на мяч.
- Касаться мяча (толчок), когда противоположная нога имеет нормальную опору.



Рисунок 1



«Слалом с мячом среди подвижного комплекта на точность».

Дриблинг.

Дриблинг - это индивидуальное действие по ведению мяча, который также предусматривает обгон противника.

И дриблинг, и ведение мяча основаны на программе построения базовых моторных качеств, происходящих из моторной схемы бега, которая сочетается с наличием мяча, для превращения их в особую технику. Варианты ее выполнения предусматривают в основном контакт мяча:

- со всем подъемом ноги;
- с внешним подъемом ноги;
- с внутренним подъемом ноги;

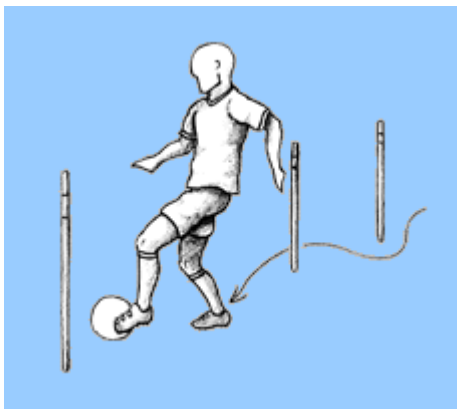


Рисунок 2

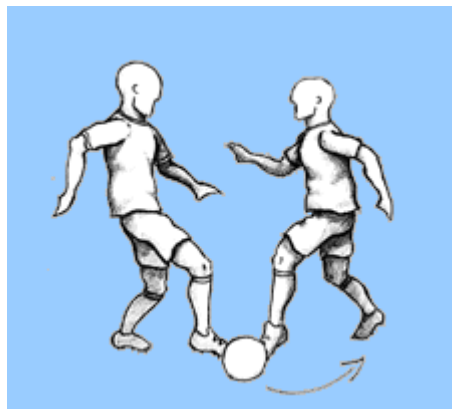


Рисунок 3

Советы по технике

- Применять дриблинг против слабой стороны противника.
- Защищать мяч корпусом.
- Направлять дриблинг в сторону ворот или свободного пространства.
- Выбрать момент для его применения в подходящее время, наблюдая за противником и его передвижениями.
- При обгоне послать вперед мяч ногой, наиболее отстоящей от противника.
- Перед дриблингом сделать обманное движение.
- Сочетать дриблинг с ударами.
- Сочетать дриблинг с изменениями скорости и направления.

Передача мяча: пасс

Это особое движение, представляющее собой средство связи между двумя товарищами по команде. Чтобы успешно осуществить пас, необходимо, чтобы игрок, которому направляется мяч, стремился, перемещаясь, найти благоприятное положение для приема; игрок, владеющий мячом, в свою очередь должен выбрать своевременно наиболее удачный момент, уклонившись от вмешательства противника. В соответствии с положением в игре и относительно ее возможной геометрии, пас может быть:

- горизонтальным;
- диагональным;
- вертикальным;
- назад.

Его техническое выполнение достигается в основном посредством использования ноги и головы, и реже грудью и бедром. В соответствии с требованием обстановки применяется определенная часть ноги:

- внутренняя часть;
- подъем;
- внутренняя часть подъема;
- внешняя часть;
- носок;
- пятка;
- подошва.

Базовыми моторными схемами, на которых строится и развивается это техническое движение, являются направление мяча ударом и прыжок.

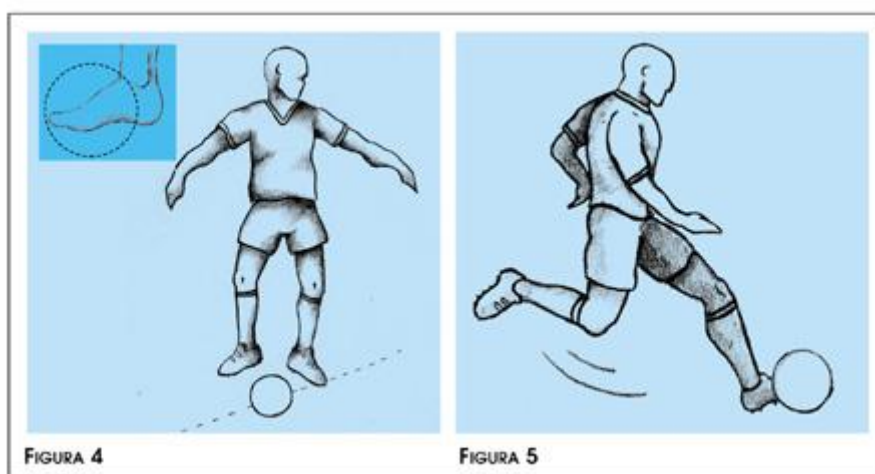


Рисунок 4

Рисунок 5

Советы по технике

- С уверенной силой наносить удар по мячу.
- Производить удар по мячу, когда он находится рядом.
- Для паса внутренней стороной ноги (умение, наиболее часто применяемое ребятами футбольной школы) необходимо иметь следующие условия:
 - опираться несущей ногой одновременно выполняя мах назад бьющей ногой;
 - опираться несущей ногой в сторону и по линии мяча;
 - поворачивать в сторону ступню бьющей ноги с носком, слегка повернутым вверх;
 - после удара дать ноге следовать вверх, осуществляя прыжок несущей ногой для продолжения последующего движения;
 - повернуть опорную стопу и туловище в направлении паса.

Прием мяча: остановка

Возможность осуществить данное техническое движение появляется при установлении связи между двумя членами команды. Верно то, что прием можно осуществить, выполняя действие, перехватывающее маневр противника; впрочем, это частное ментальное и моторное выражение, основанное на процессе предсказания. Оно оправдывает себя в тех случаях, когда случайно бьют по воротам, приняв пас, и иногда, при ведении мяча - дриблинге. Выполнение действия в зависимости от траектории мяча (параболическая, на средней высоте, брьющая) можно осуществлять:

- стопами (внутренняя, внешняя часть, носок, подошва);
- грудью;
- бедром;
- головой;
- животом;

Мяч можно контролировать в наиболее близком пространстве от субъекта «в поглощении» или «следуя за ним», если было сразу же предусмотрено следующее действие (удар, пас и т.д.). Базовыми моторными схемами, на которых строится и развивается эта способность, являются прием и прыжок.



Рисунок 6



Рисунок 7

Советы по технике

- Руки нужно держать впереди для поддержания хорошей устойчивости.
- Делать прыжок при расслабленных суставах.
- Идти навстречу мячу, отводя назад ноги или другие части туловища для уменьшения скорости.
- Контролируя мяч, вести наблюдение за другими игроками и оценивать обстановку.
- Защищать мяч туловищем и держать противника на расстоянии.

Для остановки мяча «следуя за ним» (направленный контроль):

- Направить корпус в сторону, в которую вы намереваетесь отправить мяч после его остановки.
- Предварительно оценить траекторию летящего мяча.
- Восстановить равновесие, необходимое для выполнения технического действия, следуемого после остановки мяча.

Прикрытие мяча

Это особое техническое действие, выражаемое в осуществлении индивидуального контроля над мячом, осуществляется исключительно в случае близкого присутствия противника. Такая форма поведения порождается требованиями особой ситуации и включает в себя различные варианты приема, ведения и передачи мяча.

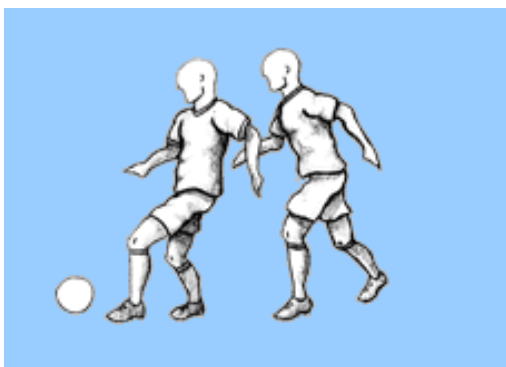


Рисунок 8

Удар по воротам

Представляет собой заключительное действие различной стратегии игры. Этапы, предшествующие этому техническому движению, считаются переходными и подготовительными к выполнению этого действия. Удар по воротам придает значение игре и поэтому ему необходимо обучать, применяя особые дидактические методы. В футбольном матче «хорошо играть» без удара по воротам означает частичное выполнение цели игры, в то время как «играть неплохо» и несколько раз добиться успеха, ударив по воротам, в большей степени составляет конечную цель. Удар по воротам может быть случайным в результате ведения мяча или дриблинга посредством паса товарища, в результате выполнения действия по контролю – приему мяча или перехвата мяча.

Варианты исполнения, в зависимости от требований обстановки и особенностей специфических моторных качеств, производятся посредством ударов:

- стопой (внутренняя часть, внутренняя и внешняя часть подъема ноги, полным подъемом, носком, пяткой);
- головой (лобной частью, теменной частью);

А также случайно при помощи:

- груди;
- бедра;
- любой другой части тела, предусмотренной правилами игры.

Последнее условие распространяется на все другие проявления техники. Базовыми моторными схемами, на которых строится это умение, являются удар и прыжок.



Рисунок 9



Рисунок 10

- Во время разбега шаги должны быть короткими для точной координации, а последний - более широким для того, чтобы подготовить бьющую ногу.
- Во время удара по воротам корпус находится над мячом.
- При движении с мячом опорная нога должна находиться слегка впереди линии мяча.
- В момент контакта с мячом лодыжка должна быть «жесткой», а нога повернута книзу.
- При ударе внутренней частью подъема, верхняя часть тела наклонена в сторону от опорной ноги.
- В момент удара рука, соответствующая опорной ноге, протягивается вперед.
- После удара ударяющая нога продолжает движение вперед и вверх по направлению мяча.
- Изучать и наблюдать за положением вратаря.

Игра головой

Данная особенность, о которой уже упоминалось в предыдущих вариантах футбольной техники, характеризуется использованием особой части тела, представляющей в основном возможность удара только при контакте с мячом. В отличие от ног, голова по своим морфологическим характеристикам представляет меньше возможности контроля. Это обстоятельство связано с динамикой развития действия игры, и не позволяет, за исключением особых случаев, осуществлять контакт мяч/голова несколько раз подряд и меньше всего в ситуации, затрагивающей равновесие. Поэтому голову можно использовать при передаче мяча товарищу, при остановке, ударе, перехвате мяча, возврате мяча при обороне и исключительно при игре в воздухе. Удар головой можно наносить:

- если обе ноги стоят на земле;
- с места при отрыве от земли обеими ногами;
- после более или менее продолжительного разбега при отрыве от земли одной только ноги;
- в броске;

Удар по мячу в основном производится следующими поверхностями:

- лбом;
- затылком;

В зависимости от требований игры можно задавать траекторию полета мяча прямую или только отклоняющуюся. Базовыми моторными схемами, служащими развитию данного умения, являются удар и прыжок.



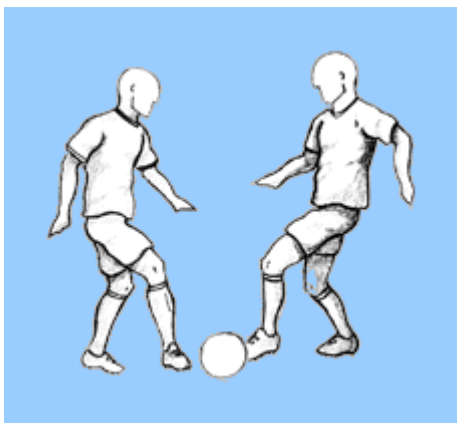
Рисунок 11.

Советы по технике

- При ударе головой по мячу необходимо глаза держать открытыми.
- Идти навстречу мячу (не бить по мячу).
- До момента удара отвести назад туловище.
- Руки развести в стороны для достижения лучшего равновесия.
- В момент контакта с мячом подать головой вперед, напрягая мускулатуру шеи.
- Заставлять участвовать в ударе нижние конечности.
- При боковом ударе головой выполнять небольшое предварительное скручивание верхней части туловища.
- При ударе головой в прыжке ударять мяч в момент, предшествующий опусканию.

Противодействие

Это элемент техники, возникающий при одновременном действии двух противников, пытающихся сохранить или вновь завладеть мячом. Поэтому игрок, имеющий мяч, пытается избежать противодействия, а игрок без мяча пытается им завладеть. Данное действие противодействия должно осуществляться в соответствии с нормативными требованиями, предусмотренными правилами, разрешающими в такой ситуации воздействие игрока только напрямую на мяч. В некоторых случаях противодействие может принимать особую форму сочетаний различных элементов техники. Это происходит в тех случаях, когда игрок после успешного применения противодействия, продолжает свое действие, не прерывая его. Например, в ситуации ведения мяча противником противодействием является удар по мячу; или бег без мяча, противодействие и пасс. Этот технический прием более других требует соответствующего уровня физической подготовки, особенно от нижних конечностей, и высокую готовность тела к сохранению равновесия (центр тяжести внутри и как можно ближе к опорной поверхности). Противодействие может быть осуществлено в различных вариантах: ● лобовое; ● боковое; ● сзади; ● скользя; ● в прыжке.

**Рисунок 12****Рисунок 13***Советы по технике*

- Этот прием требует в момент контакта соответствующего общего мускульного напряжения, особенно нижних конечностей.
- Иметь устойчивое равновесие с низким центром тяжести.
- Наиболее подходящим является момент, когда мяч находится как можно дальше от ног противника.
- При совершении этих игровых действий необходимо иметь хорошую координацию, выбрать «подходящее время» и оценить «располагаемое пространство».
- Предварительно проанализировать, что необходимо делать после завоевания и сохранения мяча.

Боковой выброс

Этот технический прием представляет собой единственную возможность, которую имеет игрок (за исключением вратаря), использовать руки для выполнения цели игры. На практике нет особой техники исполнения этого приема, все зависит от максимальной отдачи изгибающее - растягивающих способностей тела для того, чтобы бросить мяч в желаемом направлении и на необходимое расстояние. Прием может выполняться с разбега или без него, а ноги в момент броска мяча не должны отрываться от земли.

Достаточно приемлемое выполнение этой техники требует:

- чувствовать мяч при его захвате;
- плавно и быстро двигаться;
- подвижности и растяжимости верхней части корпуса и ног;
- соответствующего уровня силы;

Базовой моторной схемой в данном случае является бросок.



Рисунок 14

Рисунок 15

Техника вратаря

Вратаря необходимо обучать совсем по другой методике, чем остальных его товарищей, вследствие требования от него иных характеристик для выполнения его обязанностей. Необходимо много времени, так как он играет по другим правилам, а также традиционно использует другую технику для выполнения своих обязанностей (так как в основном, согласно правилам игры, он больше использует руки, чем ноги). Тем не менее, не смотря на то, что вратарь применяет особые технические приемы, его игра должна быть прочно согласована с тактикой защитников и командой в целом. Предвидя различные ситуативные вероятности, от вратаря требуется готовность, располагая всеми техническими средствами, не дать мячу влететь в сетку, прерывая наступательные действия противника, овладевать мячом в зоне его ответственности, подавать мяч точно и эффективно. Варианты выполнения этой техники должны быть организованы в отношении:

- положения между стоек ворот (прикрытие ворот);
- взятия мяча;
- прыжка с захватом и отклонениями;
- выхода;
- выбрасывания мяча руками и ногами;
- обратного удара.

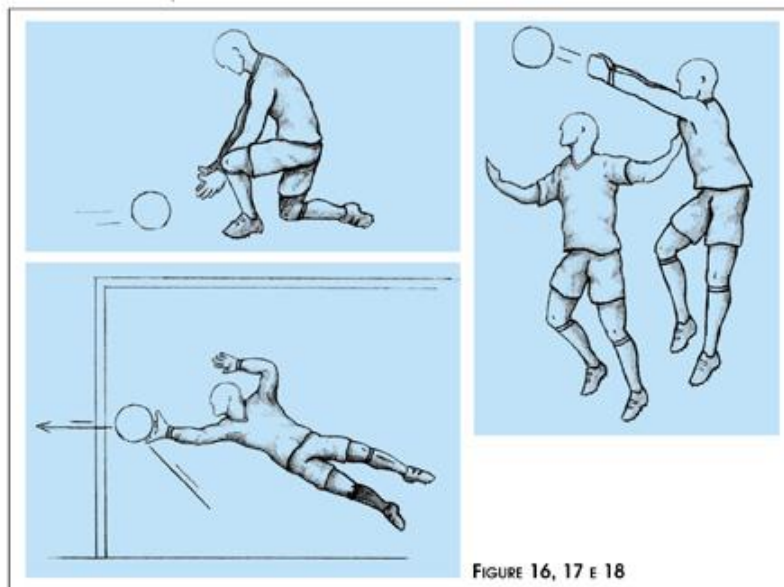
В особых случаях при неактивном мяче:

- штрафной удар прямой или свободный;
- построение стенки;
- штрафной удар;
- угловой удар.

И в отношении новых правил игры:

- большая своевременность в выходе ногами;
- умение бить по мячу (отдавать его обратно) при передаче назад;

- лучший выбор при передаче назад (возможность трогать мяч руками или нет?);



Рисунки 16, 17, 18

Развитие техники у юношей, основанной на десяти следующих правилах:
1. автоматизация посредством сознательного контроля
2. познавательное участие
3. большая степень свободы выполнения
4. мотивация к изучению
5. метод Problem Solving (решения проблем)
6. упражнения игра – ситуация
7. дидактическая динамичность: этапы высокой и низкой интенсивности
8. правила упрощенной игры
9. соответствующее пространство и оборудование
10. приведение в соответствие примеров, затрагивающих возраст детей

ТАБЛИЦА 10 – Д Оттавио С. Документы курса высшего специального образования по спортивным наукам и технике, Университет Тор Вергата, Рим, 2003 г.

- большая аккуратность в выходе ногами (последний противник, бросающийся к воротам). Базовыми моторными движениями, на которых строится и развивается особое умение вратаря, являются схемы «получения», «направление ударом», «броска мяча», «прыжка», «бега», «броска вперед».

Прогноз

«Прогнозом является психическим процессом, основанным на любой человеческой деятельности и способности предвидеть события, еще не произошедшие и не закончившиеся. «Прогноз - это явление, основанное на ощущениях, сначала определенного процесса и условий, его сопровождающих и составляющих его, то есть предшествующих как последующему развитию, так и результату» (Мейнель, 1984 г.). Если речь идет о способностях моторного прогноза, существуют различия среди спортивных дисциплин, являющихся «closed» или «open». В первом случае, где цель действительно точно определена, прогноз заключается в предвосхищении плана действий, «кратком обозначении» последовательности движений (умственная реконструкция упражнения). В дисциплинах «open», к которым относится футбол, способность прогнозировать выражается в более

сложной форме, так как определяется в очень нечетко представленной среде, где необходимо иметь большее количество информации.

Сложный прогноз

- *досрочное предвидение события (развитие ситуации)*
- *предвидение задачи (цель действия)*
- *предвидение плана действия (порядок выполнения)*

А. Чей (1989 г.) таким образом подытоживает свою собственную мысль и определяет процессы прогнозирования в спортивных играх как: «формирование схемы ответа, установление иерархии возможности развития события». Эта фраза подчеркивает, что уже на этапе сбора информации (восприятия) опытный атлет использует свои предсказательные возможности. Как подчеркивает Веймер (1977 г.), даже процессы восприятия вступают в конструктивный и активный цикл, не имея четкого разделения между «воспринятым» и «осуществленным». Действительно, познавательную деятельность невозможно понимать только как способность организовывать и реорганизовывать чувственную информацию, поступающую со стороны, и, следовательно, подыскивать адекватные моторные ответы. Отбор восприятий не зависит от автоматической и пассивной фильтрации известий, поступающих от соответствующих нервов. Отбор восприятий производит «чувственные действия», основанные на познавательных схемах, направленных на любой вид действия. Согласно Нейссер (1981 г.) схемы прогнозирования позволяют искать некоторую информацию, определяя то, что было воспринято.

Например, давайте представим, что мы прогуливаемся по центру Рима, собираясь сделать покупки. Информационная стратегия (осмотр нами витрин и т.д.) в основном осуществляется следующими способами:

1. не имея ясного представления, что мы хотим приобрести, направление внимания довольно обобщено и выбор восприятия случайно падает на элементы, пробуждающие в нас большее внимание (особенности витрин, цвета и т.д.);
2. и наоборот, заранее зная, что необходимо и что мы намереваемся приобрести, восприятие организуется в соответствии с выбранными схемами для поиска того, что является первоочередной целью нашего похода.

Первая стратегия, проводимая таким образом, подчеркивает определенную медленность в достижении цели, так как стремится обработать слишком много информации, рискуя анализировать также элементы, уводящие в сторону. Вторая кажется самой быстрой, и она действительно является таковой, однако этот маршрут отражает чрезмерно жесткое представление об информационном поиске, поскольку если мы не найдем то, что мы намеревались приобрести, наш поход можно считать провалом.

Мы полагаем, что наилучшим решением для выполнения, особенно в том, что касается футбола, было бы наличие четкого представления о том, что мы ищем, но в то же самое время, готовить в уме возможные варианты, которые в любом случае, пусть даже с меньшим немедленным кпд, облегчат наше решение. Другими словами это означает, что основываясь на предшествующем опыте и осуществленном прогнозировании, атлет может предусмотреть основное решение моторного вопроса и другие альтернативы согласно предпочтительной и вероятностной иерархии.

Попытаемся представить мыслительный процесс вратаря, когда противник производит разбег для штрафного удара.

Он должен организовать возможную защиту в соответствии с планом действия, построенным им с учетом определенных характеристик (признаков), распознаваемым в поведении футболиста во время разбега. Процессы прогнозирования дают вратарю способ поиска средств, удовлетворяющих ожиданию, и возможность подготовиться в нервномускульном плане в предвидении удара.



Прогнозирование восприятия: знание характеристик игрока (правша или левша, бьет обычно сильно или точно, субъективная оценка его эффективных возможностей, ситуация вокруг, состояние оборудования и т.д.).

Информативные элементы: длина и угол наклона разбега, скорость бега, ширина шагов, направление взгляда, координационные выверки перед ударом и т.д.

Схема главного ответа: точный удар влево.

Альтернативный ответ: удар в центр с возможным участием ног.

На этом примере можно увидеть, как прогнозирование корректируется преднамеренным проектом высшего порядка и что является условием информативной стратегии. Мы можем определить преднамеренность как качество всех умственных явлений (Гаулд и Шоттер, 1983 г.). Посредством преднамеренности деятельность разума направляется на предметы и состояние вещей в мире (Сearле, 1983 г.). В этом смысле концепция намерения включает в себя также и понятие прогнозирования.

Познавательная концепция подчеркивает большую степень взаимозависимости между восприятием и действиями, включая в них такие процессы, как ожидание, выбор восприятия, прогнозы.

Данная постановка вопроса позволяет объяснить, как каждый индивидуум «развивает собственное знание о мире, не определенное пассивно, а основанное на поведенческом образце стимул – ответ. Это происходит, скорее всего, посредством активного отбора и толкованием индивидуумом стимулов, посылаемых окружающей средой». (Редд, 1985 г.). Тем не менее, необходимо отметить, что намерения одного игрока во время развития игры должны, в силу событий, измеряться и в определенном смысле «удерживаться» намерениями противника, который старается максимально использовать определенные возможности мышления.

Поэтому программа действия одного игрока создает «помехи» программам противника, который в определенной степени вмешивается в текущий план. Способности игрока заключаются в мгновенном анализе событий и дополнении программы других игроков своей собственной программой. Кстати, К. Мейнел (1984 г.) определил это явление как процесс «совместного умственного выполнения соответствующих действий». Что касается этого вопроса, другие представляют характеристики игры как «дополнение событий, а не как их сумму» (Морено, 1983г.). Следовательно, способность выполнять определенную роль совместно с другими игроками становится очень важной, так как позволяет игроку постоянно реорганизовывать программу предпринятых действий, изменяя ее в случае необходимости, или заменяя ее полностью. Это наглядно демонстрирует тот факт, что каждый игрок обычно старается понять как можно позже свои собственные намерения, чтобы не позволить противнику их предвосхитить и дать ответ, который смог бы свести на нет успех.

Обманное движение

В футболе очень важно применение обманного движения до выполнения определенного технического приема. Речь идет об очевидном умственном и моторном процессе, включенном для намеренного создания противником ответа, не относящегося к реальной

обстановке. Поэтому при выполнении обманного движения целью игрока является увеличение степени неопределенности условий игры, используя для этого подготовленные движения или действия, не имеющие ничего общего с реальным намерением.

Давайте представим, например, движение, подготавливающее к удару по воротам, после которого следует дриблинг.

Противник, подвергшийся действию обманного движения, увидит, что он ошибся в своих ожиданиях, так как анализ поведения, демонстрирующего подготовку к удару, заставил его запрограммировать ответное действие, результат которого свел бы на нет игровую ситуацию. С большой вероятностью можно предположить, что противник будет преодолен, так как необходимое изменение плана действия будет сделано слишком поздно.

Действие обманного движения вызывает у противника:

- неточность восприятия и помехи в направлениях, требующих внимания: так как они умышленно вызывают побуждения, не относящиеся к настоящему действию;
- стремление запустить автоматизированные ответные схемы: или же определяется предрасположенность к выполнению моторных ответов, наименее контролируемых на сознательном уровне. Это особенно хорошо заметно в условиях очень сильной физической и умственной усталости;
- подрывает технико-координационную организацию: технический ответ полностью ошибочен или же его выполнение является неточным и неэффективным, так как не опирается соответственным образом на координационные составляющие (потеря равновесия, слишком долгое время выполнения, запаздывают моторные изменения).



«Контроль мяча является основным требованием для игры в футбол»

Возможные ситуации можно изложить в данных пяти категориях:

1. игрок с мячом
2. игрок и товарищ с мячом
3. игрок и противник с мячом
4. положение с бездействующим мячом
5. игроки в ситуации борьбы за мяч (когда мяч еще не контролируется ни кем из игроков).

Схематично варианты действия обманного движения можно выразить наиболее специфически следующим образом:

- подготовительное движение, не связанное с преднамеренным движением;

- прекращение движения для того, чтобы продолжить другое движение или изменить направление (обманные движения корпусом);
- одновременное представление или смена в быстрой последовательности двух и более признаков;
- смена темпа или скорости.



3.2. КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ



Наличие моторной координации является частью следующего условия: организм является системой саморегулирующейся на самом высоком уровне, самосохраняющейся, корректирующейся и даже усовершенствующейся. Координация, которой наделяет нас нервно-мышечная система, особенно, экстрапирамидальная область и периферическая проприоцептивная регуляция, может быть определена как способность к регулированию, организации и контролю движения.

Координация, как показано в таблице 9 (Бернштейн, 1967 г. в Майнел, 1984 г.), является сложным процессом, который должен быть приписан эффективности функционирования нервной системы, как центральной, так и периферической.

В сущности, координация связана с качеством трех функциональных систем (П.К. Анохин, 1973 г.), которые влекут за собой включение других систем и процессов регулирования и контроля движения. Ими являются:

- 1). Контроль центральной программы, варианты которой возникают от частичных результатов движения, включая прогноз (сопоставление между номинальным значением и реальным)
- 2). Feed-back (возвращение) относительно хода движения как частичного, так и конечного (афферентный синтез)
- 3). Действительный и самостоятельный контроль и регуляция эффективности мускулатуры (контролируемая величина).

Координационные способности, согласно многочисленным систематикам, представленным в 70-е годы, можно подразделить на общие и особые. Различные авторы соглашались с этой классификацией, предусматривающей более глобальную модель координации, подразделяющуюся в свою очередь на различные координационные характеристики, зависящие также от вида спорта и особенностей техники.



Таблица 9 – Упрощенная модель координации движения (Бернштейн, 1964 г.)

Общими координационными способностями являются: способность моторного контроля, способность к приспособляемости и преобразованию движений и способность к моторному обучению (вместе составляют моторное умение). Особыми координационными способностями можно считать: мелкое умение, равновесие, гибкость движения, моторное сочетание, моторную фантазию, ориентирование, пространственно-временное дифференцирование, динамическое дифференцирование, моторное прогнозирование, моторную реакцию, моторную память, чувство темпа. Некоторые из них можно спокойно считать прямыми последствиями других процессов таких как: фантазия, запоминание, прогнозирование. В большинстве своем они тесно связаны с умственными процессами, управляющими спортивной моторной деятельностью.



Таблица 10 – Анализатор (Сотджиу и Пеллегрини в Д Оттавио, 1994 г.)

3.2.1. ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ ЧУВСТВЕННО-ВОСПРИИМЧИВОЙ И КООРДИНАЦИОННОЙ СПОСОБНОСТЯМИ



Чувственно-восприимчивые способности представляют собой определенный потенциал личности по ощущению и реагированию на внутренние стимулы нашего тела и внешние, исходящие из окружающей среды. Данное свойство человеческий организм получает благодаря наличию особых нервных рецепторов, входящих в состав органов восприятия, позволяющих получать сигнал (стимул) и передавать его в центральную нервную систему, которая в свою очередь распознает сигнал и выдает эффективный ответ мускулам. Этот процесс приема, передачи и расшифровки сигнала приписывается нервным структурам, называемым анализаторами. Анализатор (смотри Таблицу 10. Сотджиу-Пеллегрини в Д Оттавио, 1994 г.) представляет собой особую систему, имеющую целью вызывать возможные процессы реакции организма, активируя различные функции, организующие движение. Таким образом, существуют следующие анализаторы: осязательный, акустический, зрительный, статико-динамический, мышечно-суставной.

Моторная реакция строится одновременно в соответствии с возможным организационным потенциалом и контролем движения (координационная способность), а также в связи с первичным общим планом (моторная зона головного мозга). Координационные способности являются также компонентами движения, «помогая» ему в ходе его развития, регулируя его в различной последовательности и при возможных изменениях в зависимости от перемены окружающей среды.

- Чувственно-восприимчивые способности: ответственны за прием, расшифровку и выдачу ответа.
- Координационные способности: ответственны за организацию, контроль и управление движением. (Таблица 11).

3.2.2. ОБЩИЕ КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ.



Способность приспособления и преобразования движений

Это способность изменять, преобразовывать и приспособлять моторную программу к неожиданному изменению ситуации или внешних условий, отличных от повседневных, к которым приучено движение, когда результат движения не меняется или меняется незначительно.

Способность моторного контроля

Это способность, контролируя движения в соответствии с предусмотренной задачей, точно добиваться результата, запрограммированного движением-упражнением.

Способность к моторному обучению

Заключается в усвоении и приобретении навыков новых движений, или в преобладании движений, до этого не освоенных, которые в последствии могут быть немедленно закреплены.

ОБЩИЕ КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ
Способности приспособления и преобразования движений
Это способность по изменению, преобразованию и приспособлению моторной программы к неожиданному изменению ситуации или внешних условий, отличающихся от повседневных, к которым приучено движение, когда результат движения не меняется или меняется незначительно.
Способность моторного контроля
Так определяется способность по контролю движения в соответствии с предусмотренной задачей, то есть точно добиваться результата, запрограммированного движением-

упражнением.
Способность к моторному обучению
Она заключается в усвоении и приобретении навыков новых движений или в преобладании части движений, до этого не освоенных, которые в последствии могут быть немедленно закреплены
ОСОБЫЕ КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ
Мелкое умение • Способность к равновесию • Гибкость движения • Способность моторного сочетания • Моторная фантазия • Другие координационные способности
Другие координационные способности:
<ul style="list-style-type: none"> • Способность к ориентации; • Способность к дифференциации временного пространства; • Способность к динамической дифференциации (что связано с мускульным напряжением); • Способность к моторному прогнозированию (это способность прогнозирования собственных движений и движений других, выражаемая в подготовке движения и положении собственного тела); • Способность к моторной реакции; • Способность моторного запоминания (моторная память); • Способность к восприятию темпа: при этом темп понимается не только в мускульном смысле.
Последовательность напряжения и расслабления больших групп мышц в каждом упражнении производит определенный ритм движения, которое ученик завершает, «почувствовав» это повторение. Это большое преимущество в усвоении новых движений.

ТАБЛИЦА 11 – К. Мейнель (изменения, АА.VV., 1984 г.).

Для лучшего понимания определений и значений различных координационных способностей в зависимости от специфической особенности футбола, делаем ссылку на публикацию «Футбольная школа» С. Д Оттавио и С. Ротичиани (в библиографии).

3.2.3. ОСОБЫЕ КООРДИНАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ



- Равновесие
- Моторное сочетание
- Способность к ориентации
- Способность к дифференциации
- Способность к моторной реакции, как простой, так и сложной
- Способность чувствовать ритм: под этим подразумевается не только ритм в музыкальном смысле, но и чередование напряжения и расслабления больших групп мышц.

Действительно, в каждом упражнении существует определенный ритм движения, который ученик почувствует, выполнив его много раз. Это большое преимущество в усвоении новых приобретенных движений (инвариант движения, что составляет часть глубокой структуры движения, Шмидт 2002 г, смотри раздел «технические умения»).

Ниже приводятся некоторые определения координационных способностей, разработанные двумя авторитетными экспертами: К. МЕЙНЕЛЬ, ШНАБЕЛЬ, 1987 г.

Способность ориентироваться

Под способностью ориентироваться понимается способность определять и изменять в пространстве и во времени положение и передвижение тела, ограниченного определенным полем действия (например, игровое поле, ринг в боксе, гимнастические снаряды), и/или движущегося объекта (например, мяча, противника, товарища и т.д.).

Способность к преобразованию

Способность к преобразованию - это способность, позволяющая в случае изменения обстановки, предусмотренной во время выполнения действия, адаптировать программу к новым обстоятельствам, или продолжать ее совершенно иным способом

Способность ритма

Под способностью ритма понимается способность сознавать ритм, поступающий извне, воспроизводить его с точки зрения моторики, а также поддерживать его в собственной моторной деятельности. Это ритм, «вошедший во внутренний мир», и существующий в собственном воображении.

Способности реакции

Под способностью реакции понимается способность после получения сигнала быстро начинать и осуществлять моторные действия как можно своевременнее и как можно быстрее. Следовательно, речь идет о способности реагировать своевременно и во всех случаях с максимально соответствующей скоростью.

Способность равновесия

Под способностью равновесия понимается способность нахождения всего тела в состоянии равновесия, поддерживая это состояние и восстанавливая его во время или после перемещения тела.

Способность сегментной координации

Под способностью сегментной координации (или способностью сочетания) понимается способность при выполнении общего движения тела, направленного для достижения определенной цели, осуществлять движения частей тела (например, край туловища и головы).

Способность дифференциации

Под способностью дифференциации понимается способность достижения очень тонкой гармонии между отдельными этапами движения и сегментами тела, которая проявляется в движении очень точно и экономно (дозирование силы в параметрах пространство – время).

После разъяснения этой вспомогательной моторной функции будет легче понять, как она вписывается и обуславливает различные технические приемы, осуществляемые в отношении, как быстроты действия, так и требуемой точности. Эта форма взаимосвязи должна учитываться как на этапах окончательного обучения, касающихся автоматизированного выражения умения (построение, закрепление и развитие), так и на этапах, где присутствуют ситуативные стимулы или стимулы настоящей игры.

Рост умения напрямую зависит от улучшения чувственно-восприимчивых способностей; и наоборот, наиболее высокий уровень технического умения содействует развитию этих способностей. Нетрудно понять, что этот процесс интерактивности становится возможным благодаря тому, что это явление всегда понимается как целое, как комплекс связей, в то время как некоторые ошибочно считают, что элементы моторики оторваны друг от друга без надлежащего совместного действия. Условные способности также принимают участие в развитии этого динамического взаимосвязанного процесса.



Таблица 12 – Общее видение характеристик футболиста и интерактивных процессов – Д Оттавио С. Документы курса высшего специального образования по спортивным наукам и технике, Университет Тор Вергата, Рим, 2003 г.

Представим себе такую ситуацию:

игрок получает мяч, летящий по небольшой траектории на «средней высоте». Во время подготовительных этапов и в момент касания ногой мяча, субъект находится в физическом условии временного равновесия, так как опора на землю должна быть только на одну ногу, в то время как другая поднята в направлении мяча, приближающегося по своей траектории, и положение тела должно быть зафиксировано (равномерно распределено или наклонено), чтобы встретить мяч в наилучших условиях. Эта подготовка вызывает действие на опорную ногу различных нагрузок проприоцептивного вида (работает анализатор мышечно-суставной чувствительности, осязательный и статико-динамический), и, так же как и результат «stop» (остановка), зависит от степени функциональной эффективности этих структур и от качества способности равновесия.

Чтобы развивать этот вид координации, кроме форм общего развития необходимо использовать различные формы упражнений, предусматривающие прием мяча. Также верным является то, что для развития равновесия в положении «на одной ноге» необходимо строго контролировать технику во время выполнения упражнения. Коротко можно обобщить то, что говорилось раньше: развитие координационных и чувственно-восприимчивых способностей положительно влияет на умения, а такой ход событий, в свою очередь, является результатом определенных пропорций, влияющим на рост параллельных умений.

Слуховой анализатор	Зрительный анализатор	Осязательный Анализатор	Статико-динамический анализатор	Анализатор мышечно-суставной чувствительности
Пространственно-временное восприятие				
Пространственно-временное ориентирование				
Прогнозирование				
Реакция				
Дифференциация				

	Ритм
	Равновесие
	Адаптация и преобразование
	Сочетание

Таблица 13 – Реакции чувственно-восприимчивых и координационных способностей (Д Оттавио, 1994 г).

В Таблице 13 (Д Оттавио, 1994 г.) демонстрируется последняя теория взаимосвязи анализаторов с координационными способностями. Существуют два достаточно различающихся между собой функциональных момента в моторной программе: первый, когда доминирует в большей степени внешняя чувственная информация (прогнозирование, реакция, восприятие и пространственно-временная ориентация); и второй, который приближается к прямому контролю над действием, этому служит внутренняя чувственная информация футболиста (равновесие, ритм, дифференциация, адаптация и преобразование, сочетание).

Эти функции не должны быть заметны согласно общей шкале, однако в рамках унитарной функциональной системы различные компоненты связаны между собой.

3.2.4. ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР



Одним из основных аспектов обучения является связь между координацией и техникой, выражаемая *техничко-координационным* фактором.

Как говорилось в предыдущих главах, особого внимания заслуживают характеристики юношеского футбола, зависящие от степени обучения особым техническим умениям, строящиеся на развитии координационной составной. Эта связь между техникой и координацией означает, что развитие одного или другого фактора способствует повышению в комплексе исполнительского уровня. Другими словами, улучшая технику, улучшаем координацию; развивая последний фактор, увеличиваем техническое умение. Организованное обучение согласно «объединенным» упражнениям содействует общему росту технико-координационного фактора.

Необходимо уметь управлять мячом и эффективно использовать свои действия, приближаясь к реальным требованиям игры и ситуации, учитывая относительную сложность движения, и вследствие этого является необходимым достижение определенной степени расслабления. Под расслаблением понимается способность владеть в совершенстве особыми координационными качествами футболиста, способствующими усовершенствованию умения движения (смотрите параграф этой главы «Координационные способности»).

Методические критерии	Примеры упражнений
Изменение выполнения движения	<ul style="list-style-type: none"> ● Прыжки, держа верхние конечности на уровне груди, размахивая ими в стороны и перед собой ● Выполнение упражнения наоборот ● Упражнения с изменением скорости и темпа
Изменение внешних условий	<ul style="list-style-type: none"> ● Упражнения со снарядами или партнером на различной местности ● Уменьшение или увеличение опорной поверхности
Сочетание моторных умений	<ul style="list-style-type: none"> ● Подключение различных гимнастических элементов ● Сочетание игр

Тренировка под временным давлением	<ul style="list-style-type: none"> ● Упражнения, тренирующие способности реакции ● Бег с препятствиями с хронометром
Изменение процесса получения информации	<ul style="list-style-type: none"> ● Уравновешенная ходьба: взгляд вверх, голова наклонена и глаза завязаны
Тренировка после предварительной нагрузки	<ul style="list-style-type: none"> ● Выполнение сложных упражнений в конце этапа обучения ● Упражнения на равновесие после многочисленных переворотов или быстрого вращения телом

Таблица 11 – методические критерии и упражнения для развития координационных способностей (Харе, 1979 г.).

Методы развития координационных способностей
<ul style="list-style-type: none"> ● Изменение выполнения движения ● Изменение внешних условий ● Сочетание уже автоматизированных моторных умений ● Упражнения под временным давлением ● Изменения в процессе получении информации ● Упражнения после утомления ● Выполнение предварительно определенной последовательности ● Симметричное выполнение

Таблица 12 – Методы обучения координационных способностей (Д. Блюме и Д. Харе в Манно, 1984 г.).

Принципы развития координационных способностей
<ol style="list-style-type: none"> 1. Основным методом является тренировка, основным средством является физическое упражнение 2. Моторные умения, используемые в качестве средств обучения должны усваиваться точно в техническом плане и выполняться сознательно и под постоянным контролем. 3. В качестве средств обучения могут применяться средства, направленные на улучшение функции анализаторов, при относительной пассивности атлета. 4. Используемые средства обучения должны быть выбраны таким образом, чтобы заставлять способности развиваться. 5. Эффект от обучения достигается при увеличении координационной сложности по определенным методическим критериям.

Таблица 13 – Принципы развития координационных способностей (Д. Блюме, Р. Манно, 1984 г.).

3.3. НЕОБХОДИМЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ КОЛЛЕКТИВНОЙ ИГРЫ: ТАКТИЧЕСКИЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ



Познавательный аспект, применяемый в процессе развития характеристик футболиста, занимает важное место в формировании его тактической сознательности. Действительно, спортивные характеристики в целом определяются как продукт познания, связанный с настоящей ситуацией и с прошедшими событиями, тесно связанный с умением игрока

воспроизводить особую моторную реакцию (Томас, Френч и Хумфрес, 1986 г.). Относительно недавно получило распространение, так называемое, интегральное обучение, заключающееся в обучении юношей комплексно, где тактический элемент служит решению реальных задач.

В этом воспитательном вопросе исключительное внимание направлено на получение правильных реакций в зависимости от тактического сознания игрока. Познавательные способности предоставляют возможность оговаривать вопросы обучения и способствуют реализации характеристик. Динамика игры не позволяет игроку выполнять точно установленные действия, так как все действия игры являются действиями, зависящими от развития ситуации. В общих чертах, различная последовательность в игре определяется способностями игрока воспринимать ситуацию и принимать решение для выполнения, активно используя память.

Тактическое поведение следует за развитием тактического мышления и заключается в деятельности, направленной на достижение оптимального результата. При наличии полной сознательности выполняются собственные тактические умения, технические способности и условные возможности. Тактическое поведение, с точки зрения кибернетики, это система поиска цели, наиболее благоприятной среди возможных целей, которая даже может совершенствоваться в процессе решения задачи. Все это определено спортивной квалификационной категорией. В футбольных школах процессы обучения и совершенствования должны проходить с необходимой постепенностью. Тактическое поведение, с психологической точки зрения, является сложным продуктом взаимодействия психомоторных процессов, которые реализуются посредством 3 основных этапов:

- | |
|--|
| ● Восприятие и анализ положения игры |
| ● Понятийное решение особой тактической задачи |
| ● Моторное решение тактической задачи |

1). *Восприятие и анализ положений игры:*

Качество восприятия зависит от охвата зрения, от поля зрения и от качества анализаторов. Восприятие внутренних положений матча является существенным для правильного понимания заданий, которые необходимо выполнить.

2). *Понятийное решение особой тактической задачи:*

Тактическая задача решается в первую очередь в уме, а затем в моторном аспекте. Целью умственного решения является поиск оптимальной линии решения тактической задачи как можно скорее, на основе восприятия и анализа положения в матче. Необходимо учитывать только те компоненты, которые юноша способен выполнить с моторной точки зрения. Ограничениями для умственного решения тактической задачи являются недостаток восприятия и анализа ситуации. Здесь очень важным является развитие тактического мышления, которое должно развиваться посредством практических упражнений и применения комплексного подхода.

3). *Моторное решение тактической задачи:*

Тактическое поведение (развитие мышления) является продуктом восприятия двух предыдущих элементов, а также зависит от располагаемого технического потенциала (степень качества технических умений). Модель Мало, кибернетическая структура (смотри Таблицу 15, исправленную Д Оттавио С., 2002 г. - Документы курса высшего специального образования по спортивным наукам и технике, Университет Тор Вергата, Рим, 2003 г.), ясно показывает центральное положение познавательных составляющих в разработке плана действий.



Таблица 15 – Умственные процессы при совершении игровых действий (Мало Ф. 1963 г., исправленная Д Оттавио С. 2002 г. Документы курса высшего специального образования по спортивным наукам и технике, Университет Тор Вергата, Рим)

Игрок во время игры должен решать тактические задачи, подвергая их умственной обработке. С помощью опыта, знаний и предшествующих моделей он получает решение, соответствующие цели. Любой подобный процесс представляет определенный очень важный момент опыта, из которого можно получить различные значения для их повторного применения в подобных условиях. При этом память играет здесь определяющую роль. Для того чтобы запомнить и знать (познавательный аспект), основополагающим является восприятие, поэтому основным оказывается действенность нашей системы восприятия. Тактическая составляющая среди характеристик юного футболиста получает основное значение, и может считаться связующим звеном между различными компонентами личных качеств, направленных на выполнение коллективного действия для достижения общих целей игры. Целью тактической подготовки является стремление сделать юношу способным организовывать и управлять действиями игры.

В 10 – 11 лет познавательные процессы чрезвычайно чувствительны к обучению. С помощью постоянного стимулирования можно многое узнать и получить личный опыт поведения при изменении ситуации в игре или в дидактической обстановке. Главное на этом первом подготовительном этапе развития необходимо дать ребятам возможность экспериментировать и «исследовать» наибольшее количество игрового опыта.

Таким образом, тактическая подготовка юного футболиста может проходить с определенной преждевременностью (смотри раздел «Тактическая подготовка юношей» в данной главе).

3.3.1. ТАКТИКА В ФУТБОЛЕ



Тактику в футболе можно считать связующей или соединяющей функцией между различными составляющими личных характеристик, направленных на выполнение коллективного действия для достижения общих целей игры. Это утверждение включает в себе сущность характеристик футболиста, показывая как технические умения, энергетическая и координационная готовность, физическое применение, роль в команде и другие внешние факторы, обуславливающие эти характеристики, должны дополнять друг друга для достижения тактической цели, поставленной игрой.

«Тактика» также означает «упорядочение» или использование экономно и рационально определенного личного потенциала, тесно связанного с потенциалом товарищей и противника. Риполл (1989 г.), приводит свое личное толкование понятия тактики, выраженное в двух словах: «понимать и действовать», привлекая, таким образом, внимание к этим двум основополагающим моментам.

3.3.2. КУЛЬТУРНЫЕ СООБРАЖЕНИЯ И СВЯЗИ



Тактические умения футболиста могут быть определены следующим образом:

- тактические знания;
- тактические умения;
- тактические способности

Тактические знания

Согласно различным авторам (Харе, 1985 г.), тактические знания представляют собой умственный процесс производства и воспроизводства информации и зависят в большой степени от разнообразия находящихся в распоряжении игрока познавательных элементов или от качества процесса подготовки.

К ним относятся:

1. Знание правил игры и их оптимальное применение для решения тактических задач.
2. Знание систем игры и ее вариантов, умение пользоваться самой системой игры и наиболее эффективными критериями в сравнении с системой игры противника.
3. Знание тактических правил, например: самый быстрый игрок - это мяч; держать противника в собственном поле зрения; при проведении обманного движения вратарем, смотреть на мяч, а не на перемещение ног; в условии численного меньшинства лучше тянуть время.
4. Знание взаимосвязей между условием, техникой, тактикой и волевыми качествами. Например: в определенный момент игры допускаются ситуации риска; в момент физической усталости лучше не вести мяч; иногда команда применяет особую тактическую стратегию; иногда какой-либо один игрок выполняет определенное обманное движение.
5. Знания правил экономии, своевременности. Например: в непосредственной близости от линии ворот лучше послать мяч назад, чем бить; в положении контригры избегать, по возможности, ведения мяча; в действии двоих против одного нацеливаться на защитника.
6. Теоретические знания процессов восприятия, анализа положений игры и умственных решений.

На практике все эти основные требования способствуют хорошей игре и увеличивают вероятность успеха.

Тактические умения

Они должны рассматриваться как выражение особой техники (технические умения), связанной с применением энергетических и биологических параметров (например: применение силы, скорость выполнения, амплитуда и направление движения, точность). Этот вопрос входит в рамки тактической готовности, отвечающей плану сознательного или частично сознательного действия, основанного на уровне подготовки. Опытный эксперт по сравнению с начинающим решает определенные проблемы, с большой скоростью принимая решения в соответствии с автоматизированными схемами, фильтруя наиболее уместные сигналы. Мальчик, в свою очередь, обрабатывает данные относительно медленно, так как старается получить из ситуации и менее важную информацию, используя последовательные методы, а не параллельные.

Тактические умения определяются умственным процессом и на практике. Приведем пример: один игрок бьет по воротам точно, но не сильно; производит пас в свободную зону, а не

напрямую товарищу; во время ведения мяча он умышленно замедляет свой ход, чтобы сделать пас, освободившись от противника, или во время остановки, чтобы направить затем мяч направо, а не налево. На практике, во всех ситуациях во время матча игрок должен реагировать на возможные задачи игры с помощью соответствующей технической приспособляемости. Данные требования должны быть предъявлены к каждому ученику и каждый должен применять соответствующие умения на практике. Это станет возможным, если обучение технике будет основываться, в основном, на использовании дидактических предложений, обеспечивающих условия изменчивости характеристик атмосферы игры, создавая предпосылки к гибкой приспособляемости техники к требованиям, которые Мейнелль определил словами: «изменяемая готовность техники». Другими словами: «изменяемость выполнения определенного умения в зависимости от изменяемости характеристик ситуации» (Рот, Шок, 1985 г.). Следовательно, в программе построения технических умений необходимо предусмотреть этапы подготовки, посвященные следующим моментам:

- изменение умений
- приспособляемость умений (реагировать на известные ситуации)
- передача умений (реагировать на неизвестные ситуации)
- творческая подготовка умений (реагировать новыми решениями)

Тактические способности

Под тактико-спортивными способностями понимается свойство атлета использовать свои психические и физические способности, свои технические и тактические умения и т.д. в различных условиях матча для решения индивидуальных и коллективных тактических задач (Харе, 1985 г.).

Под словосочетанием «тактические способности» понимается готовность игрока выбирать наилучшее решение. Например, наносить удар по воротам, вместо того, чтобы сделать передачу товарищу; остановить мяч, вместо того, чтобы послать его в воздух; произвести дриблинг, вместо того, чтобы срезать мяч; сделать передачу одному определенному товарищу, а не другому; потянуть время, вместо того, чтобы стараться быстро завладеть мячом; сделать обманное движение и идти вперед на футболиста с мячом, вместо того, чтобы сделать обманное движение и резко отступить.

Поэтому на уровне принятия решения, основываясь на выборочном анализе игры, игрок выбирает одно техническое решение, которое, в свою очередь, проявляется точными исполнительными характеристиками (тактические умения). Развитие тактических способностей обусловлено природными склонностями, а также качеством успешно проверенного моторного опыта. Оно способствует лучшему функционированию:

- способностей восприятия, понимаемых как чувственная острота, расширение и управление взглядом, распознавание «cues» - наиболее скрытых информационных сигналы;
- умственных процессов ассоциативного, воспроизводимого и производимого типа (дополнение предшествующим опытом, имитация и принятие последующих решений);
- вероятностные субъективные модели (прогнозирование);
- гибкая ожидаемая стратегия (широкая, узкая и т.д.).

Краткое напоминание

- Тактические знания: предварительные теоретические требования, схемы, правила тактики
- Тактические умения: разнообразное выражение одной техники в зависимости от развития игры
- Тактические способности: выбор наилучшего технического решения.

Представим себе следующие условия игры:

определенный игрок, выполняющий определенную роль, зависящий от оперативных возможностей тренера, счета и времени игры (тактические знания), находится в положении боковой атаки при численном превосходстве: положение 2 против 1. До окончания матча

осталось несколько минут, и игрок находится в невыгодном положении - его собственная команда проигрывает. Он принимает очень рискованное решение: произвести дриблинг с последующим успешным ударом (тактические способности).

Удар производится после мощного обманного движения мягким толчком при выходе вратаря, стараясь обойти его (тактическое умение).



3.3.3. КОМАНДНАЯ ТАКТИКА - ОРГАНИЗАЦИЯ СОТРУДНИЧЕСТВА



В прогрессивном развитии, ведущем постепенно к организации коллективной и командной игры, присутствуют различные факторы игры. В данном подразделе мы попытаемся установить факторы, определяющие тактические характеристики во время игры.

Тактика команды - это совместное индивидуальное и коллективное поведение, позволяющее улучшить собственное поведение, учитывающее характеристики противника для того, чтобы добиться лучшего результата. Команда проявляет свою тактику посредством игры, показываемой на поле.

Игра, которую команда способна показать, является в основном результатом:

- А) технических способностей отдельных игроков
- В) интеллектуальных способностей отдельных игроков
- С) организации сотрудничества

Организация сотрудничества определяют:

- эффективность на этапе наступления
- эффективность на этапе обороны
- равновесие команды

Развитие игры определяется в основном характеристиками отдельных игроков. Ребята являются самыми юными игроками, поэтому им должна быть предоставлена наибольшая свобода действий. Также верно и то, что игровое действие одной команды можно представить как определенный этап, в котором инициатива отдельных игроков является словом, которое само по себе не имеет смысла, но, суммируя все слова вместе, получаем общую инициативу всей команды.

С момента, когда взаимодействие с товарищами становится базовым условием для продолжения действия отдельного игрока, является жизненно важным установление правил сотрудничества, которые давали бы указания, и одновременно гарантировали свободу самовыражения отдельного игрока. По нашему мнению это должно стать привилегией юношеского футбола.

Данные правила поведения, становясь общим достоянием всех членов команды, позволяют понимать развитие игры и намерения товарищей, создавая, таким образом, твердую основу успешного функционирования коллектива.

Каждый игрок для того, чтобы иметь возможность показать себя наилучшим образом, должен знать и даже испытать на практике свою роль и роль своих товарищей.

Бесспорным является тот факт, что в игре основным является **техническая способность отдельных игроков**. Также верно то, что когда один из товарищей владеет мячом, определяющей становится **игра (движение) без мяча** других игроков. Качество движений без мяча определяет эффективность игры владеющего мячом игрока и продолжение начатого действия.

Обучение игре без мяча является обязательным шагом в развитии способностей сотрудничества, позволяющее юным футболистам понять, как можно быть полезным, находясь рядом или на расстоянии от игрока, владеющего мячом, или даже совсем за линией мяча. Необходимо, чтобы юноши научились понимать, что игра без мяча тесно связана со способностью его передачи и способностью его приема (Таблица 16).



Таблица 16 – Связь между передачей мяча, отрывом от противника и контролем.

3.3.4. ТАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАЧИ ИГРЫ



Футбольный матч представляет собой спортивное событие, в котором две команды пытаются завладеть игрой, стараясь преобладать одна над другой по сумме очков. Из этого можно сделать вывод, что успех в определенном матче обусловлен величиной индивидуальных и коллективных тактико-технических предпосылок; следовательно, зависит от потенциально располагаемой способности тактического действия, от готовности членов команды и от многих других изменений, возникающих в особые моменты игры. Поэтому равновесие одного матча может быть подвержено другому возможному развитию, подчиненному принятым решениям и комплексному поведению команды, состоящей из членов: игроки + тренер. Необходимо точно определить две составляющие коллективной игры:

- схема или система игры
- стратегия игры

Схемы, касающиеся в основном динамического (активного) расположения игроков на игровой местности, связаны с тремя количественными переменными:

1. количество игроков, составляющих команду;
2. игровое пространство;
3. плотность игры (логически вытекает из первого и второго пунктов).

Стратегия игры касается практического применения схем игры в зависимости от особенностей матча или некоторых его этапов. В таблице 17 приводится техника и ее возможное применение во время различных вариантов развития игры.

Отмечено, что некоторые моменты тактико-технического поведения обусловлены исключительно владением или не владением мячом. Другие промежуточные возможности (ориентирование, прогнозирование, обманные движения, создание препятствий и прикрытие) наоборот, проявляются игроками при любых условиях и моментах матча.

Игровые ситуации		
Команда владеет мячом	Поведение с мячом и без него	Команда не владеет мячом
Идти вперед к воротам противника, сохраняя мяч		Замедлить движение вперед и постараться завладеть мячом
<ul style="list-style-type: none"> ● Вести мяч ● Делать передачи ● Проводить дриблинг ● Бить по мячу ● Отрываться от противника ● Принимать мяч 	<ul style="list-style-type: none"> ● Ориентироваться ● Прогнозировать ● Делать обманные движения ● Прикрывать ● Создавать препятствия ● Отвлекать 	<ul style="list-style-type: none"> ● Забивать гол ● Перехватывать ● Останавливать

Таблица 17 – Игровые ситуации и техническое поведение (Д Оттавио, 1994 г.).

3.3.5. ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНОШЕЙ



В базовой деятельности обучение «Малышей» предлагается организовывать в виде встреч между командами, состоящими из ограниченного количества игроков (от 5 против 5 до 9 против 9).

У «Дебютантов», соблюдая необходимый дидактический порядок, матчи нужно играть при 11 игроках в команде. Деятельность «Маленьких друзей» также в основном состоит из игр и из свободной игры, в каждой группе – команде рекомендуется участие трех – пяти игроков.

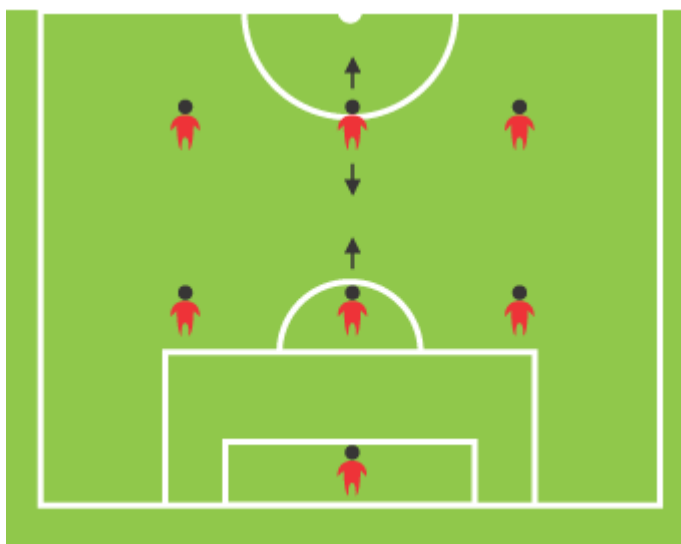


Рисунок 19

В обучающем процессе, направленном на изучение футбола, спортивное событие, например, матч, приобретает важное значение не только, как проверочный момент, но и как дидактический момент, имеющий большое значение. Это кусочек мозаики, ведущий к подготовке футболиста, который, играя, повышает свой уровень. Сравнивает себя с другими,

соизмеряет собственные возможности, принимает и разделяет со своими товарищами трудности и победы - все это является другим, не затрагивающим технику, но важным аспектом. Поэтому при планировании пути, поставившего себе целью определить эффективность спортивного предложения, необходимо своевременно определить и уточнить предпосылки:

1. поиск результата не должен превалировать над дидактической целью;
2. оказывать предпочтение поведению, направленному в большей степени на игру, чем на распределение игры между другими;
3. избегать низко функциональных тактических «деформаций» в детской игре (тактика положения вне игры и т.д.);
4. стараться, как можно больше, воодушевлять игроков вести наступательную игру, оценивая смелость, творчество и фантазию;
5. расположение на поле должно учитывать этапы сначала незначительного понимания, чтобы затем потребовать у игроков выполнения более сложных заданий;
6. выполнение и исследование одного элемента игры должно проводиться для содействия лучшей тактической связи между игроками и подчеркивать их индивидуальные особенности.

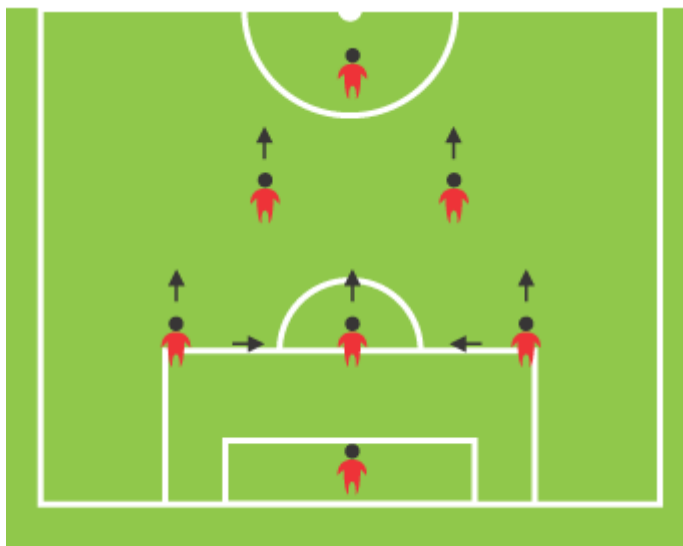


Рисунок 20

Изучив различные состязания, характерные для категорий «Малышей» и «Дебютантов», и оставив намеренно в стороне модель соревнования 5 против 5, типичную для малышей 1-го года обучения, мы предложили определенную дидактическую практику, касающуюся игры 7 против 7 которая, исходя из простого понимания, требует более сложного психофизического и технического труда:

- модель из двух линий 3:3 с возможностью для двоих центральных нападающих и защитников играть, свободно состязаясь, как в атаке, так и в защите, и наоборот, крайние имеют более определенные задачи и могут двигаться только по внешней оборонительной или наступательной полосе (Рисунок 19).
- модель из трех линий 3:2:1 - три защитника, выполняющие в основном оборонительные задачи, два средних центральных, имеющих возможность продвигаться при поддержке единственного центрального атакующего (Рисунок 20).
- модель из четырех линий 1:2:1:2 с одним центральным защитником, выполняющим, в основном, задачи по защите, двумя быстрыми крайними с задачей поддерживать единственного центрального или обращаться за помощью к центральному защитнику; центральный разыгрывающий, готовый включиться в этап атаки, а двое крайних участвуют в формировании мобильных треугольников, способных решительно продвигаться к противнику для удара по воротам или прибегнуть к поперечной передаче для прорыва центрального (Рисунок 21).



Рисунок 21

Во всех случаях, как на официальных встречах, так и на тренировках, гарантируется возможность играть в различных ролях, осуществляя ротацию таким образом, чтобы пройти как можно больше позиций.

Модель 9 против 9 в категории «Малыши» требует по сравнению с моделью 7 против 7 более совершенную специализацию. Расширенное игровое пространство постепенно ведет к адаптации, которая, как в тактико-техническом, так и физическом плане, требует более длительного времени.

Исходя из знаний, полученных «Малышами» за последний год, необходимо выработать план, который бы сначала предусматривал модель 3:2:3 (Рисунок 22). Два крайних защитника, благодаря полученному ранее опыту, могут эффективно поддерживать центрального, как только этого потребует ситуация, совместно с центральным защитником, имеющим чисто оборонительные задачи. Два центральных связываются в центре, создавая постоянную поддержку игрокам в защите и поддерживая наступательные действия посредством передач и повторяющегося изменения игры. Трое нападающих должны закрыть весь фронт атаки, двое из них выполняют задачи и функции, уже изученные в предыдущем году, совершенствуя свою тактическую подготовку, которая может потребовать у них выполнения прикрытия в зоне их ответственности, с целью оказания помощи центральным игрокам. Центральный нападающий с одной стороны - углубляет наступательные действия, а с другой - оказывает поддержку одному из двух центральных, владеющих мячом.

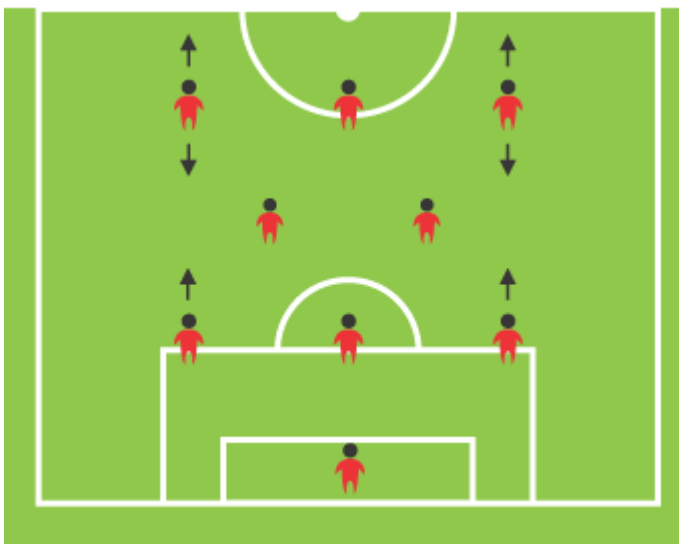


Рисунок 22

Эволюция размещения на поле способствует развитию обороны четверкой, что представлено моделью 2:3:3. Два центральных защитника, выполняющие в основном защитные функции, три средних игрока с двумя крайними, готовыми отойти в случае необходимости к линии обороны, один центральный, выполняющий задачу разыгрывающего и поддержки атаки, три атакующих, имеющих задачи, подобные задачам в предыдущей модели игры (Рисунок 23).

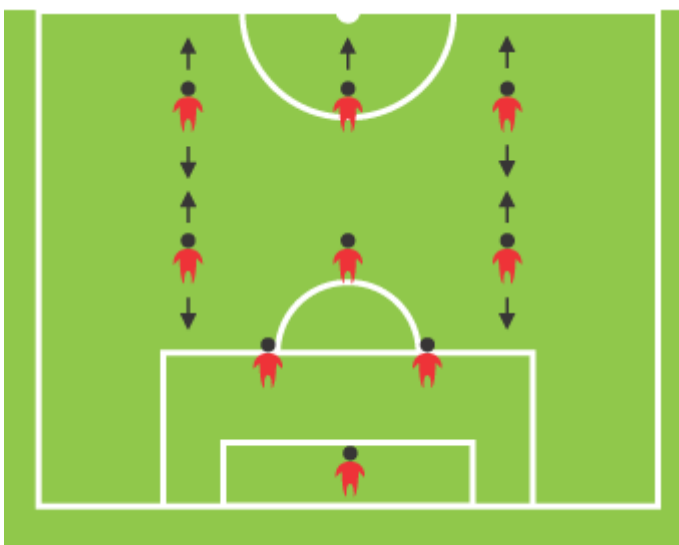


Рисунок 23.

Таким образом, мы убеждены, что предложенная модель будет иметь минимальную возможность успеха, если в обучающем процессе не будут учтены пункты, определенные на первой странице данного раздела. Также мы полагаем, что способствовать процессам усвоения задач и функций, связанных с ролью на поле, означает расширять багаж опыта, полученного за год, имея возможность играть несколько ролей, что является приоритетной целью в подготовке юных футболистов.

Несомненно, такой организованный подход выводит юношу из категории «Дебютант» к более естественному восприятию и усвоению пространства и функций, которые в игре с 11 игроками требуют более длительной адаптации.

Как следует из вышеизложенного, мы считаем, что размещение на поле, предусматривающее трех атакующих в главной роли, является основной идеей наступательной игры, которую выбрали мы и которая является совместимой с подготовкой и мотивациями главных

действующих лиц на поле. По этой причине конфигурация 4:3:3 оказывается на начальном этапе в категории «Малышей» наиболее простой для применения в качестве модели игры (Рисунок 24).



Рисунок 24

На данном этапе подготовки футболиста присоединение требований по выполнению в игре большего количества ролей удовлетворяет требованиям предыдущих годов. Рекомендуется в течение года усвоить модель игры с четырьмя центровыми и двумя атакующими 4:4:2 для последующего стимулирования и содействия многофункциональной адаптации (Рисунок 25).

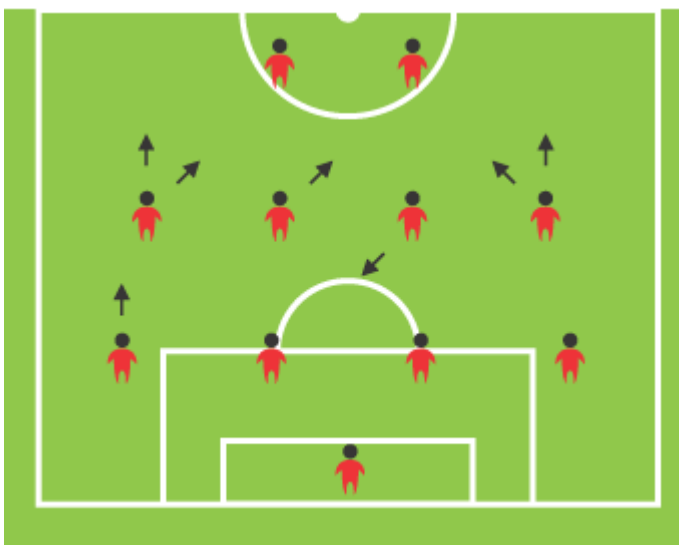


Рисунок 25

Если верен принцип, что модель игры определена характеристиками игроков, мы можем считать ребенка футболистом на стадии становления. Если большинство из них получит разнообразный опыт в процессе подготовки, которая еще далека от завершения, то это значительно упростит проявление ими своих способностей и заложенных природой элементов техники.

Модель игры, расположение игроков на поле и варианты, вытекающие из развития действий игры, должны стать эффективным орудием в процессе подготовки, которая видит в ребенке главное действующее лицо, индивидуальность которого преобразуется в течение многолетнего процесса обучения в функциональную единицу коллектива команды.

Что касается особенностей, присущих каждой роли, включая роль вратаря, то можно предположить, что до 11 – 12 лет очень важно узнать и испытать на собственном опыте

большую часть различных ситуаций, зависящих от размещения на поле, как при защите, так и при наступлении (продольный вариант), учитывающих географическое положение справа и слева (поперечный вариант).

Необходимо найти способ, который бы на этом первом этапе подготовительного процесса, когда происходят большие изменения в биологическом плане и организации моторного поведения, предоставил возможность ученику приобрести значительный опыт в игре. В последующем, сделав необходимые указания для более точного определения тактических особенностей внутри коллектива, мы будем способны узнать значительно лучше и более компетентно определить предпосылки для выполнения каждой роли.

Поэтому считается, что тактическая подготовка юного футболиста может быть начата несколько преждевременно, если мы под этим процессом мы понимаем в основном ряд дидактических приемов, направленных:

- на восприятие и оценку пространства в статическом и динамическом плане;
- на трехмерное пространственное ориентирование;
- на оценку времени и чувства ритма;
- на организацию конкретного и формального мышления (Piaget);
- на развитие соответствующей умственной динамики;
- на выражение игровых предположений;
- на использование полученных способностей в отношении определенной цели;
- на содействие укрепления связей сотрудничества для решения общих задач.

В некотором дидактическом опыте, направленном на подготовку футбольной тактики, были использованы упражнения, представленные в виде геометрических фигур. Например, далее будут проиллюстрированы различные дидактические комбинации, характеризующиеся очень сложным трансфером, исходящим из закрытых геометрических ситуаций (Д Оттавио, 1989 г.). На практике последовательность данного пути была организована из упражнений/ситуаций, в которых постепенно увеличивалось количество игроков в команде на одного, что создавало связи численного неравенства и равенства. Деятельность развивалась по линиям периметра, используя различные геометрические фигуры (треугольник, квадрат, ромб, шестиугольник, окружность и т.д.); или внутри их, или даже в пространстве, полученном наложением одной фигуры на другую, или в ограниченном пространстве. Таким образом пытались осуществить точное восприятие окружающего пространства, которое сначала имело границы действия игры, пространственно связанные с линиями; затем имело линии связи: пässe товарищей, ведение мяча или дриблинг и т.д., свободно выбранные игроками в соответствии с геометрической логикой.

(Смотри Рисунки 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32. Д Оттавио, 1994 г.):

1. 2 против 1 в предписанной ситуации: два игрока посылают мяч, изыскивая свободный угол. Игрок, находящийся в центре, старается помешать возможным передачам (Рисунок 26).
2. 2 против 1 в свободной ситуации: та же ситуация без ориентиров. Игроки пытаются выполнить геометрию предшествующей схемы. Вариант: обязанность напрямую мешать игроку, владеющему мячом, или тому, кто готовится принять его (Рисунок 27).

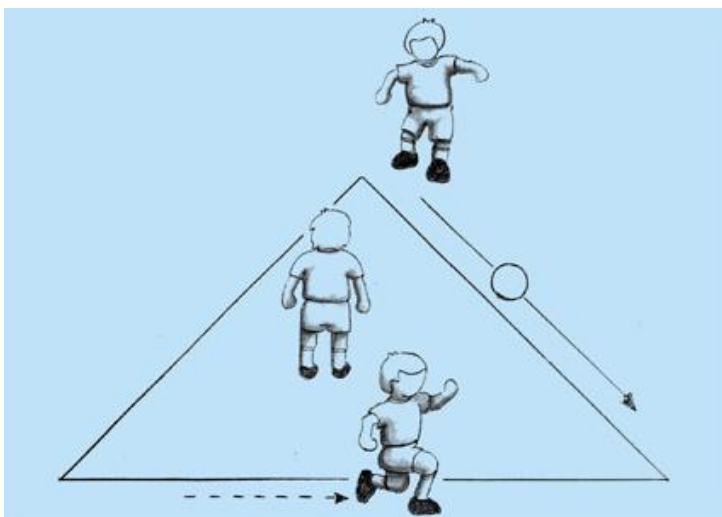


Рисунок 26

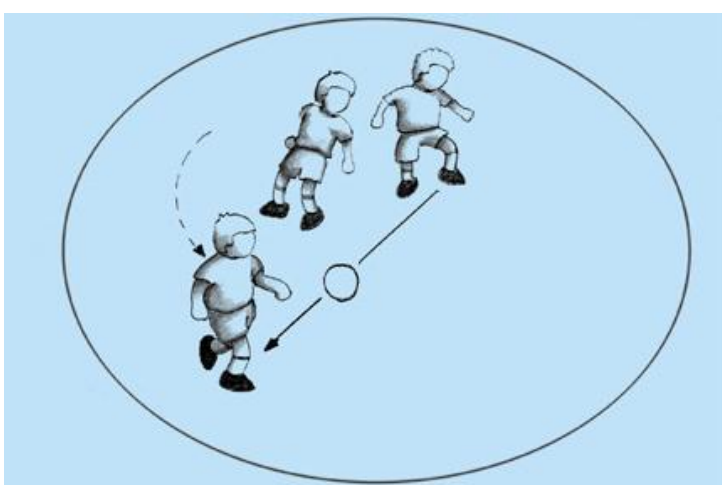


Рисунок 27

3. 2 против 2 в ситуации состязания: игра идет посреди поля в атаке; как только действие заканчивается, игроки обеих команд меняются заданиями. Вариант: после побуждения к постоянному и быстрому поиску свободного пространства (отрыв от противника), обязать игрока, владеющего мячом, остановиться на определенное время (Рисунок 28).

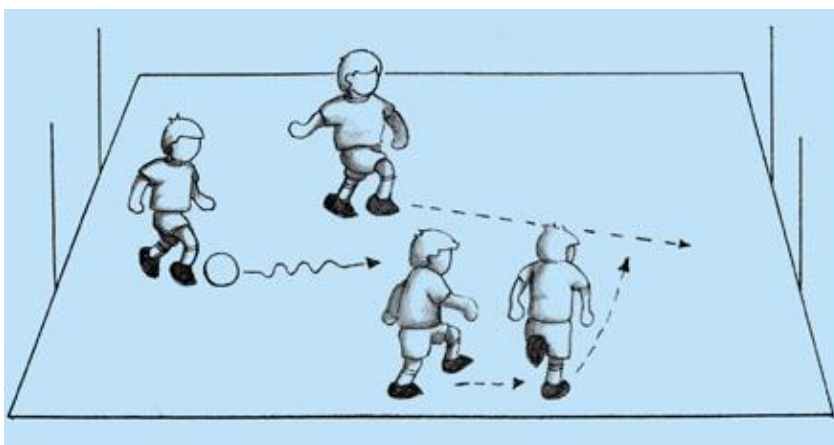


Рисунок 28

4. 3 против 1 в предписанной ситуации: игра идет вдоль периметра квадрата. Игрок, владеющий мячом, должен всегда иметь возможность сделать передачу в

направлении двух ближайших вершин. Вариант: игрок, владеющий мячом, может перемещаться, направляя его к другой вершине (Рисунок 29).

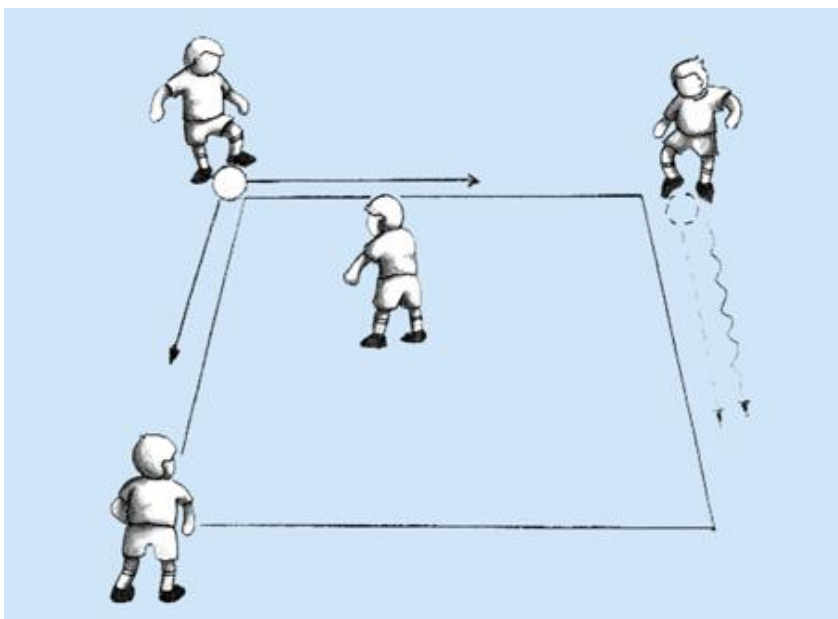


Рисунок 29

5. 3 против 2 в предписанной ситуации: игра идет так же, как и в предыдущем упражнении, однако разрешается также делать передачи по диагонали или вести мяч по диагонали квадрата (Рисунок 30).

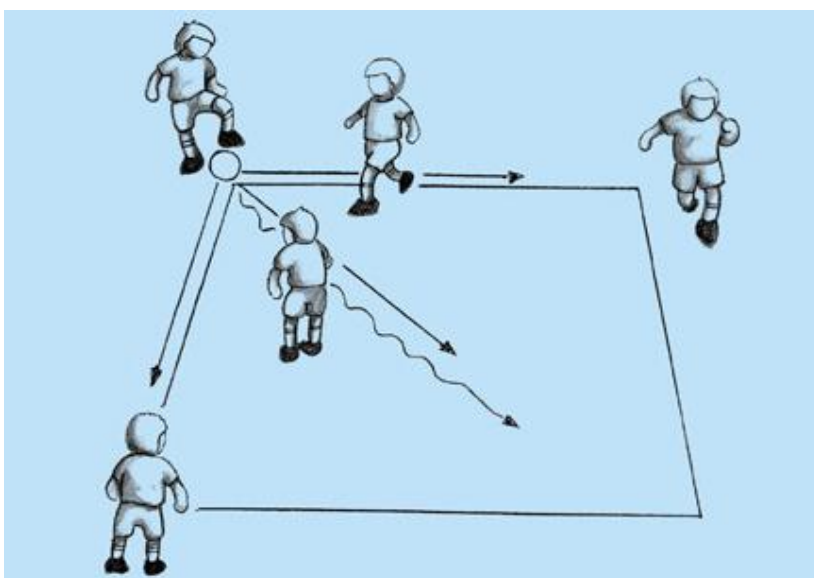


Рисунок 30

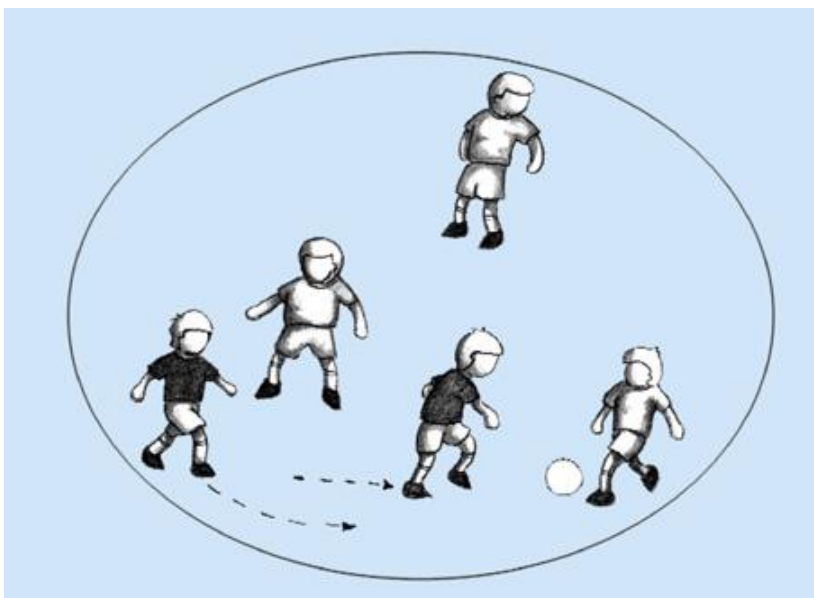


Рисунок 31

6. 3 против 2 в свободной ситуации: поиск геометрии предыдущих упражнений, на основе которых выполняются передвижения игроков и мяча (Рисунок 31).

3.4. ГЕНЕТИЧЕСКИЕ И МОРФО - ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ



Условные способности, определенные как «совокупность моторных характеристик, тесно связанных с органическим субстратом», находят свое место внутри нервно-мышечной системы в оперативной структуре, представленной

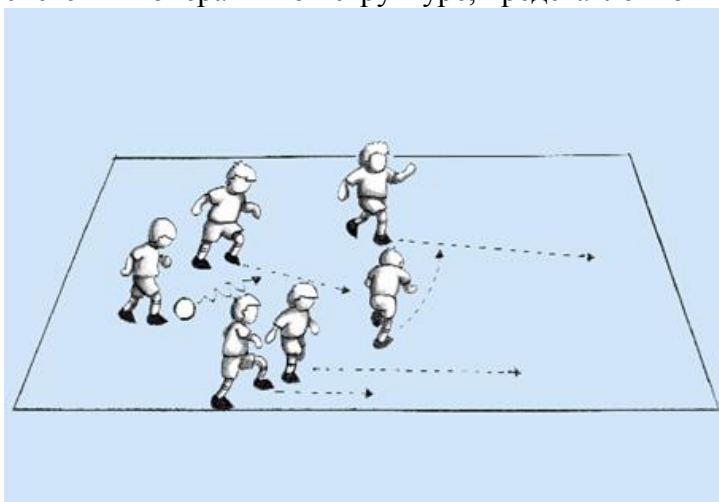


Рисунок 32

мышечной тканью, позволяющей материально осуществлять движение. Традиционно условными способностями считаются сила, быстрота (скорость) и выносливость, в то время как включение в эту группу подвижности суставов не находит поддержки среди многих авторов.

3.4.1. УСЛОВНЫЕ СПОСОБНОСТИ: МУСКУЛЬНАЯ СИЛА



Под термином сила подразумевается способность активно преодолевать сопротивление или противостоять ему.

Можно выделить различные проявления силы в соответствии с преобладающим количественным аспектом по отношению к мышечной массе (максимальная сила и сила выносливости), или качественным аспектом, связанным с нервно-мышечной координацией (быстрая сила).



«Асимметричные прыжки (проприоцептивные) через препятствие».

Всеми, кто интересуется спортивным обучением, замечено, насколько важно иметь хорошее состояние мышечной силы. Эта характеристика человеческого организма, и, особенно двигательного аппарата, формируется не только мускулами (активная составляющая), но также и костями, суставами, сухожилиями и связками (пассивная составляющая), и является важной для преодоления внешних сил. Одной из них, возможно, самой главной, является сила тяжести.

Эта физическая предпосылка определяет рефлекторную реакцию со стороны мускулатуры, позволяющую поддерживать равновесие и сохранять постоянное мышечное напряжение (мышечный тонус) в различных условиях тяготения. Например, в воде, не существует такого вида приспособления или рефлекторной реакции.

Поэтому вся динамическая деятельность, такая как ходьба, бег, прыжки и т.д., требует от человеческого организма определенного мышечного напряжения на уровне заинтересованных мышц для достижения определенного физического результата.

Легко догадаться, что при игре в футбол также в достаточной степени задействована мышечная сила, призванная в целом: резко увеличивать скорость, бить с большей силой и т.д. Это касается, как ребят из футбольной школы, так и взрослых.

Тем не менее, если характеристики, определяющие проявление силы у ребят и у взрослых одинаковы, то тренировка силы резко различаются.

Учитывая необходимость различать силовые упражнения, мы можем выделить два типа:

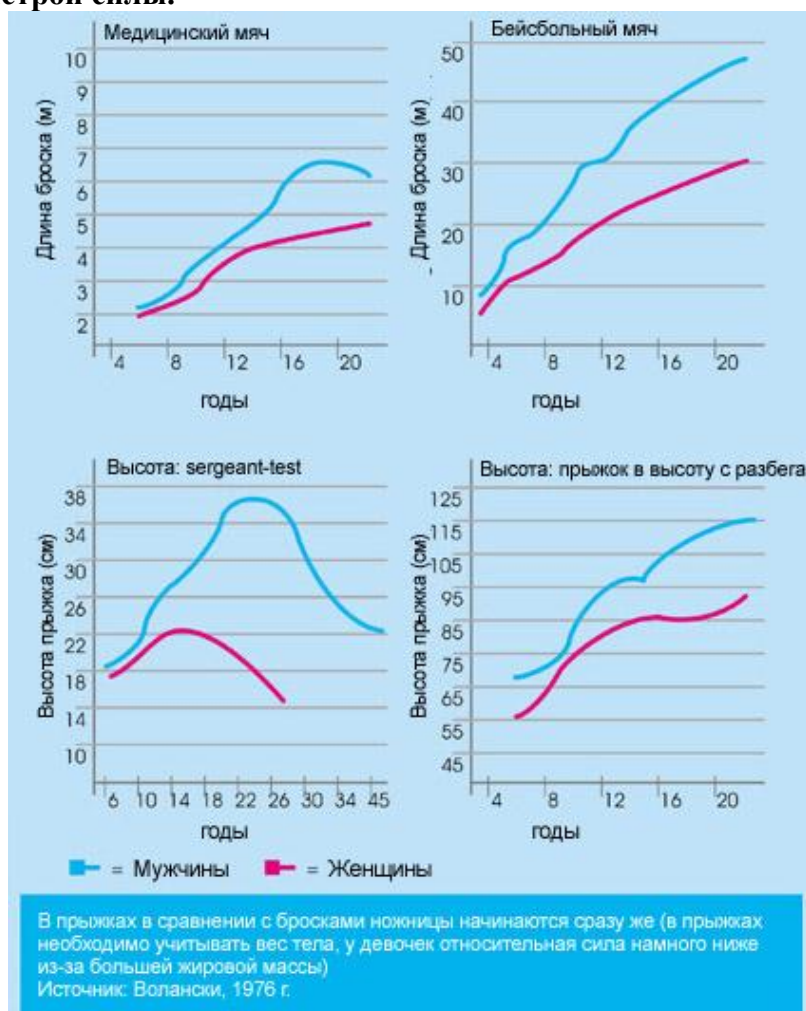
- упражнения предварительного характера
- тренировочные упражнения

Первые упражнения служат ограничению возможных нарушений равновесия, которые могут возникнуть во время физической деятельности или нормальной жизнедеятельности (например: школа, сидячий образ жизни и т.д.), особенно у растущих субъектов. Они направлены специально на слабые группы мышц и действуют на мышцы позвоночника, а также поясничные, брюшные, спинные и ягодичные, и в этом случае выступают в качестве стабилизатора костей. Согласно Вейнеку, 2001 г., в течение первых двух лет школы дефекты осанки увеличиваются на 70%. Вторые упражнения, наоборот, действуют на такие мышцы, как мышцы, приводящие в движение верхние конечности, и мышцы ног.

В период от 6 до 12 лет, который совпадает с набором в футбольные школы, у детей, особенно в начале этого многолетнего цикла, усиливается рост в высоту.

Этот факт определяет следующее: мышечные структуры должны находиться в состоянии готовности к морфологическим изменениям, создающим различные связи на уровне мышц в этом периоде развития, то же самое происходит в последующие годы до момента созревания. Необходимо создавать предпосылки для развития хорошей мускулатуры тела, которые стабилизируют нормальные физиологические кривые позвоночника, а также другие группы мышц.

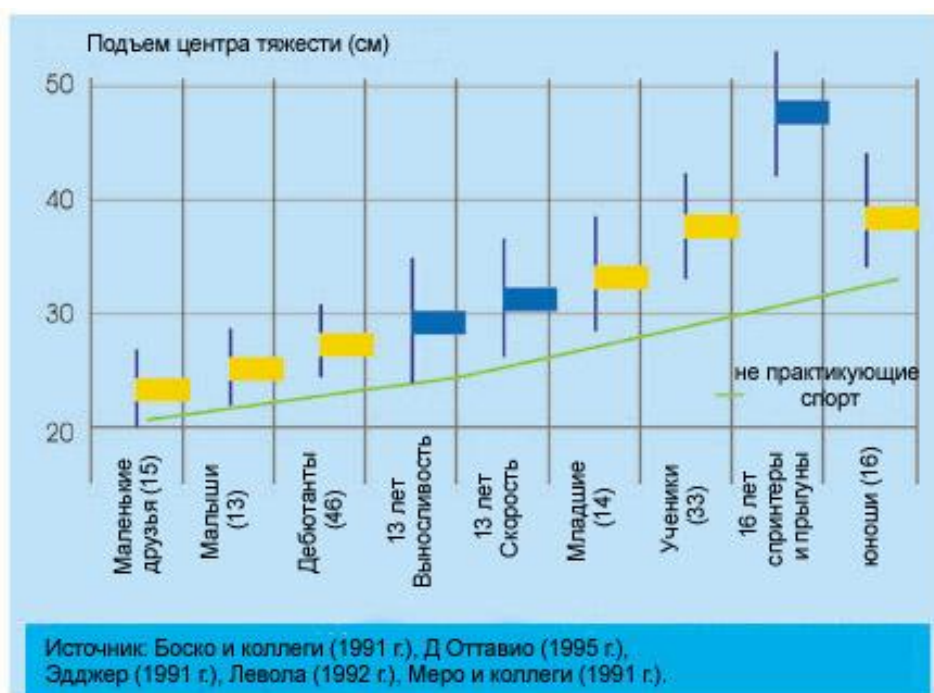
ГРАФИК 13 – Типичное развитие в зависимости от возраста и пола различных видов быстрой силы.



Это исследование мышечного тонуса было произведено при помощи групповых игр, или, если точно, посредством упражнений со свободным телом или с небольшими снарядами (например: палка, мяч и т.д.). Детям этого возрастного этапа достаточно предлагать симметричную деятельность, такую как броски мяча двумя руками во все стороны, или получить небольшой начальный акробатический опыт, выполнять крутые подъемы и т.д. для

облегчения получения определенного общего равного мышечного равновесия. Поэтому ранняя специализация представляет собой рискованную ситуацию, которая, особенно в таком виде спорта, как футбол, должна полностью исключаться (График 13).

График 14 – Тест Боско



Поскольку это относится к тренирующим упражнениям необходимо помнить, что мышечный потенциал приобретает при помощи двух процессов:

1. улучшение нервной деятельности (использование моторной единицы, координация мышц, частота стимула и т.д.).
2. улучшение структурных составляющих (увеличение поперечного сечения: гипертрофия).

В возрасте до полового созревания, которое у мальчиков завершается к 11 – 12 годам, а у девочек, немного раньше, по причине скромного производства в сравнении с взрослыми основного анаболического гормона тестостерона, нет возможности активировать анаболические процессы на уровне мышечной клетки.

Однако возможно добиться того, как показывают некоторые исследования, чтобы на упражнения по быстроте и быструю силу положительно влияли нервные составляющие силы и тем самым определяли улучшение характеристик скорости, как циклических (например, бег), так и не циклических (например, удар по воротам).

Кроме того, и это также может быть доказано, как указывалось ранее, в отношении факторов роста в первом и во втором периодах детства нервная система играет не последнюю роль. Возможно, по этой же причине наиболее чувствительный период улучшения координационных аспектов, которые, как известно, тесно связаны с нервными процессами, приходится на возраст между 6 и 12 годами.

Согласно Вехосанскому, у детей между 4 и 8 годами уже присутствует составляющая быстрой силы, а это физическое качество является определяющим в организации спортивных технических умений, использующих в основном скоростные волокна (FTF fast twitch fibers). Это качество было определено в качестве показательного в определении юношеских талантов (графики 14 и 15).

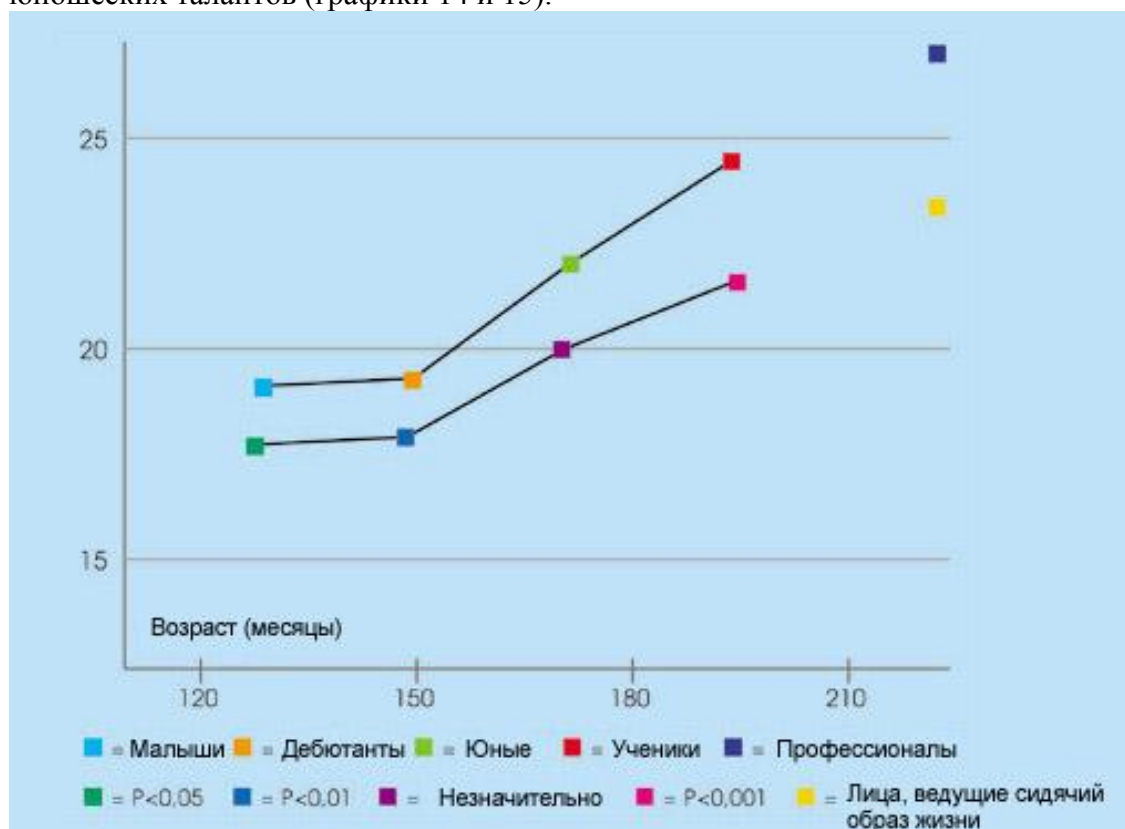


График 15 – Тест Боско – 15 секунд непрерывных прыжков (Вт/кг). Механическая мощность мышц разгибателей ноги, измеряемая во время выполнения вертикальных прыжков продолжительностью 15 сек., выражаемая на килограмм веса тела представлена в зависимости от возраста и категории субъектов. Результаты, полученные у профессионалов и их ровесников, ведущих сидячий образ жизни, получены Боско, 1990 г. Статистическое сравнение игроков и сверстников, ведущих сидячий образ жизни, оценено с помощью теста Т Студент для непарных значений.

Все же тренировка силы, достигнутой только занятиями спортом, и в этом случае этим спортом является футбол, обычно недостаточна для реализации общих параметров силы, необходимых для правильного роста.

Потенциал мышечной силы должен реализовываться во всех частях тела (особенно в верхней части тела), соблюдая гармоничность процессов роста и созревания.

Для достижения этой цели динамические упражнения, основанные на внешнем сопротивлении и обеспечивающие определенную скорость движения, предпочтительны упражнениям на статическую силу. Динамические упражнения способствуют нормальному протеканию обмена веществ костей и хрящей.

Наконец можно напомнить о том, что величина силы у растущих детей строго взаимосвязана с размерами тела: весом и ростом.

3.4.2. УСЛОВНЫЕ СПОСОБНОСТИ: СКОРОСТЬ И БЫСТРОТА ДВИЖЕНИЙ



Эти два выражения быстрота и скорость должны восприниматься как в совокупности, так и отдельно друг от друга, тесно связанными, как мы это увидим далее, с видами движения, к которым эти термины относятся. Быстрота реализуется в ациклических движениях (например: броски, удары, перевороты и т.д.), а также в циклических движениях, где наблюдается незначительное применение силы (например, подъем).

Скорость, наоборот, предполагает значительное применение мускульной силы, которая связана концептуально с физическим выражением. Другими словами согласно общеизвестной формуле $\text{скорость} = \frac{\text{пространство}}{\text{время}}$, то есть, она тесно связана с линейными перемещениями, совершаемыми за наиболее короткий период времени.

На практике вертикальный отрыв в прыжке в высоту или длину предполагает использование максимальной скорости движения. Однако эти характеристики являются в большинстве своем антигравитационными, качество силы становится преобладающим в сочетании с физическим качеством скорости.

Таким образом, под быстротой понимается способность выполнять моторные действия за определенное минимальное время.

Под скоростью понимается особое проявление быстроты, при котором фактор времени очень тесно связан с фактором пространства.

Проявление быстроты связано с деятельностью нервной системы - это установлено многочисленными авторами. Этим проявлением является:

- время ожидания моторной реакции;
- скорость одиночного движения;
- частота движений.

Это физическое качество, одно из серии проявлений быстроты или скоростной силы, присутствует в субъекте. Большинство экспертов согласны с утверждением, что быстрота движений является биологически врожденным физическим качеством со скромными границами улучшения, и большую часть этих улучшений можно осуществить только в детском возрасте.



«Координатор изменяемой частоты в высоту».

Таким образом, рекомендуется проводить тренировки быстроты в футбольных школах, используя богатый выбор дидактических приемов, предлагаемых инструкторам. Некоторые авторы выделяют две группы предпосылок быстроты:

1. простые предпосылки быстроты;
2. сложные предпосылки быстроты.

Первые относятся в основном к частоте движений, зависят от возбуждающей способности центральной нервной системы, которая достигает в этом возрасте (в основном от 6 до 9 лет) значений, близких значениям взрослых.

Будь то ножной таппинг (количество чередующихся контактов ног с полом в течение, например, 10 секунд) или измерение времени контакта ног с полом после прыжка вниз с отскоком (например, 20 секунд), все это представляет собой апробированные формы оценки элементарных предпосылок быстроты.

Сложные предпосылки быстроты связаны в основном с увеличением силового потенциала ребят.

Эти характеристики особенно проявляются к 11 – 12 годам - началу полового созревания.

Необходимо напомнить, что акцентированная предрасположенность в категории дебютантов к приобретению новых видов движения и усовершенствованию полученных умений предоставляет ребятам возможность улучшать собственную технику перемещения, выделяя наиболее плавные и экономные движения.

Также значительно улучшается время реакции. Данная особенность (смотри раздел Координационные способности), действительно представляющая собой первые шаги всех видов быстроты, предлагает неисчислимую гамму дидактических предложений.

Эстафета с мячом и без мяча на дистанцию от 5 до 15 – 20 м, состязательные игры (например, «Молодец ...Футбольная школа»), игры «с преследованием» (один убегает, другой его догоняет), народные игры, типа «украсть знамя» и т.д., и, конечно же, все виды матча с некоторыми изменениями, представляют собой самые привычные виды тренировки быстроты в этом возрасте.

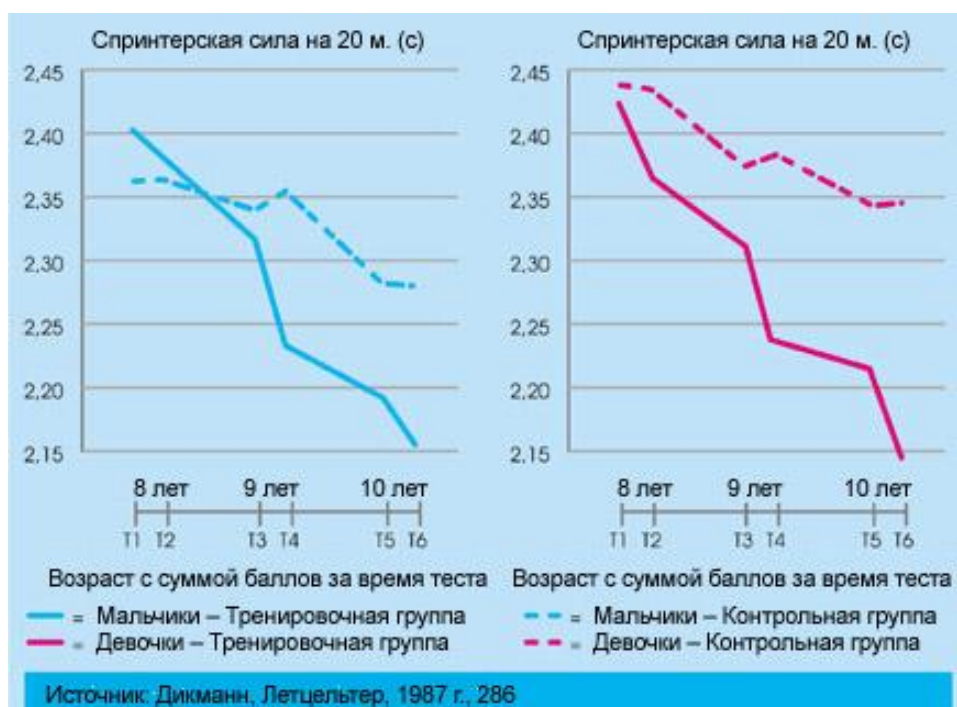


График 16 – Развитие спринтерской силы в течение тренировочного опыта, длившегося 2 года (при тренировке 2 раза в неделю, 12 недель, 30 минут тренировки быстроты или быстрой силы, соответствующие возрасту).

Возраст (в годах)	Условия/морфологические изменения	Формы проявления, касающиеся быстроты
От 6 до 8	Окончательное созревание анатомическое и функциональное коры головного мозга	Явное увеличение способности выполнять движения с повышенной частотой – частот шагов в беге соответствует частоте спринтеров высокого уровня.
От 9-10 до 12-13	Превалируют возбуждающие процессы над процессами торможения	Речь идет о самом благоприятном возрасте для моторного обучения; относительно быстро происходит обучение новым видам движений, однако они неустойчивы по отношению к внешним факторам; в нейтральных условиях, как правило, наиболее быстрые субъекты являются и наиболее талантливыми.
От 12 до 14	Преобладание возбуждения компенсируется укреплением процессов торможения	Благоприятные условия для развития быстроты, можно влиять на начальные программы движения.
	Интенсивный рост в длину (отношения силы и рычага не меняются при этом измерении)	При быстром беге возможно ухудшение сложных предпосылок (например, время опоры, частота шагов). На начальные этапы программы движения отрицательно влияют частые стереотипные повторения, что затем стабилизируется

От 15 до 16	Нервная устойчивость	В случае недостаточных предпосылок характеристик, необходимых для тренировки спринтерской силы или выносливости быстроты, может быть отсрочка в результатах спринта.
-------------	----------------------	--

Таблица 14 – Особые аспекты быстроты в зависимости от возраста при онтогенетическом развитии (согласно Леманну, 1993 г., 14).

3.4.3. УСЛОВНЫЕ СПОСОБНОСТИ: ВЫНОСЛИВОСТЬ



Эта способность может быть определена как способность продления мускульной работы во времени, поддерживая постоянно ее качество.

Это физическое качество, очень важное в спортивной деятельности, подразделяется на два точных функциональных направления:

1. аэробная выносливость;
2. анаэробная выносливость.

Аэробная выносливость поддерживается в основном аэробным обменом веществ, который в свою очередь, представляет собой наиболее экономичный механизм производства энергии. Спортивная деятельность представляет собой в основном аэробную мощность в качестве ограничивающего фактора, характеризующего продолжительность, как, например, марафон, лыжные гонки, велогонки, плавание и т.д. Большинство мышечных волокон - это медленные волокна (STF slow twitch fiber), вовлеченные в определенные испытания, и хорошо представлены у элитных атлетов некоторых видов спорта. Эти волокна имеют низкий порог утомляемости. Действительно, они первыми начинают участвовать в движении и являются наименее утомляющимися. Мускульные клетки медленных волокон богаты митохондриями (клеточные организмы, где образуется АТФ = энергия в присутствии кислорода) и ферментами аэробного обмена веществ. Эта последняя особенность клетки, в частности, представлена в детском возрасте и периоде полового развития, почти также, как и у взрослых, хотя в некоторой научной литературе показано ее преобладание. Поэтому такие характеристики не ограничивают, а наоборот, способствуют ранней тренировке выносливости, так как этому способствует сильная биологическая предрасположенность. И наоборот, ограничения представляют другие факторы. И первым среди этих факторов является психологический фактор: действительно, ребята плохо приспосабливаются к бегу с медленным темпом, продолжающемуся много времени (График 17).

Однако в последние годы встречаются случаи применения перемежающихся методик тренировки командных видов спорта, как, например, так называемая «продолжительная» и «медленная» тренировки. В рамках тренировочных средств аэробной выносливости в футболе они почти полностью отсутствуют. К счастью ребята демонстрируют присущее их возрасту поведение, особенно в силу их психологических характеристик, где в первые годы школьного возраста больше проявляются процессы возбуждения, чем процессы торможения, что является явным предрасположением к физическому перемежающемуся труду.

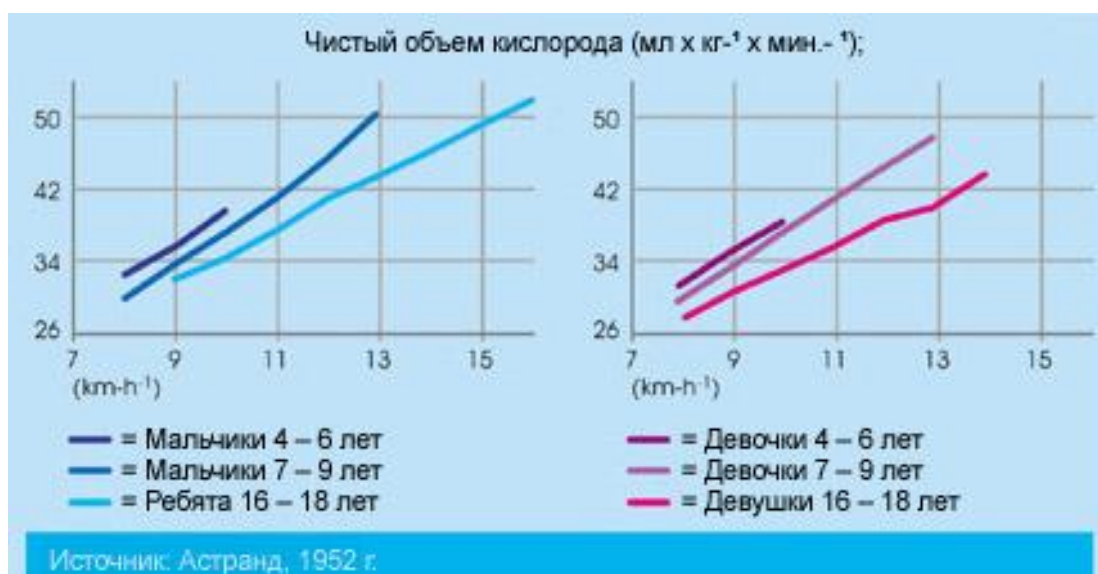
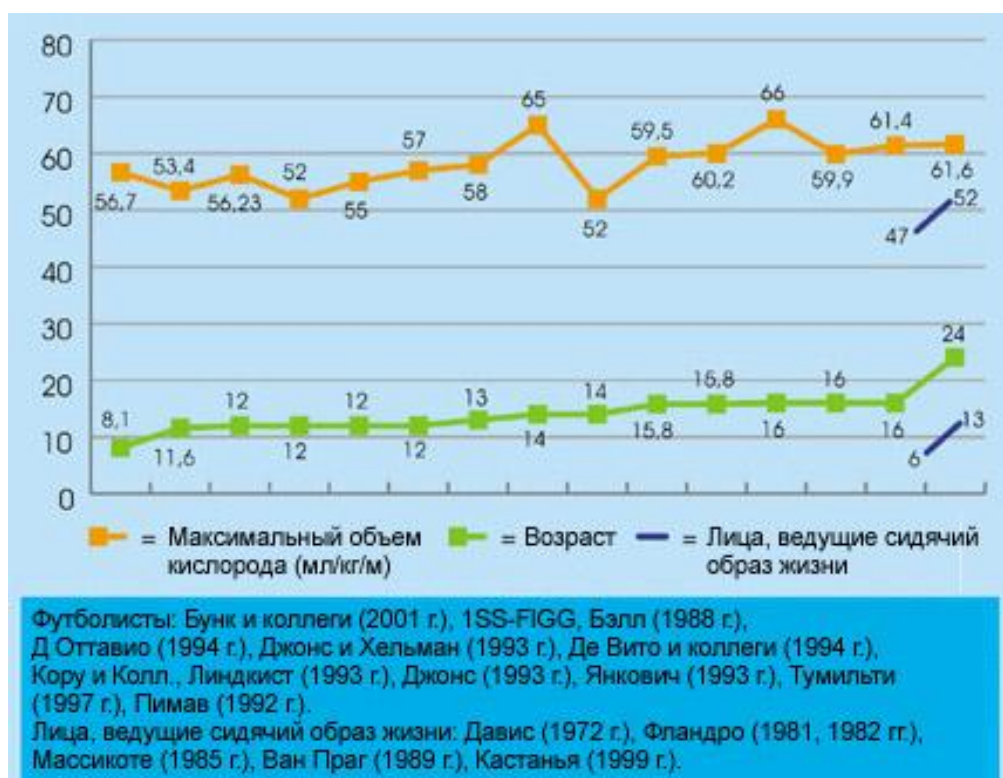


График 17 – Потребление чистого кислорода (мл х кг⁻¹ х мин.⁻¹) в зависимости от скорости (км х h⁻¹) у ребят обоих полов.

Матчи, игры-встречи, технические схемы, игровые ситуации с мячом и без мяча, когда бег со средней и высокой скоростью занимает отрезок времени в несколько секунд и сменяется этапами восстановительного бега (все повторяется через несколько минут), представляют собой эффективную возможность тренировки выносливости. Следует напомнить, что у детей экстенсивный характер (количество работы) деятельности должен всегда превалировать над интенсивным. Это отношение изменяется со временем благодаря росту интенсивности, связанной со спортивной квалификацией. (График 18).

График 18 – Аэробная мощность и возраст юных футболистов.



Анаэробной выносливость - физическое качество, характерное для быстрой спортивной деятельности кратковременной и средней продолжительности (10'' - 2' при беге), во время которой производится значительное количество молочной кислоты, мало представленной у детей в возрасте до полового созревания. Данная биологическая особенность детей в отличие от взрослых, в основном зависит от нехватки ферментов и изоферментов, специализирующихся на образовании и переработке молочной кислоты в процессе анаэробного (без применения кислорода) гликолиза (углеводный обмен). В некоторых научных работах можно обнаружить информацию о том, что повышение величины молочной кислоты (13 mM/l) у ребят 11 лет выявляется после проведения теста на максимальное усилие. Однако при повышенных психологических нагрузках также отмечается увеличение производства катехоламинов (гормоны стресса), что делает невозможным использование их во время детских тренировок, т.к. их биологическая и психологическая картина сильно отличается от взрослых. У детей тренировка выносливости должна осуществляться посредством особой работы с мячом, используя упражнения, схемы или смешанные приемы (с мячом и без него), посредством матчей. Надо стараться поддерживать высокую мотивацию в предлагаемых упражнениях. Игры, «ориентированные» на физические цели, которые также необходимо проводить, представляют собой, в нашем понимании, дидактический ключ, на который должно ссылаться большинство программ по физической тренировке футбольной школы.

3.4.4. ПОДВИЖНОСТЬ СУСТАВОВ



Ее можно определить, как способность выполнять телом движения с наибольшей суставной амплитудой, полностью используя различные степени свободы, физиологически присущие человеческому существу. В основном это зависит от:

- мускульного растяжения сухожилий, связок и суставных структур;

- торможения импульсов, поступающих от чувствительных проприоцептивных нервных окончаний при растяжении;
- повторяемости упражнения (для большей информации смотрите раздел «Чувственные этапы»).

3.4.5. «ОТБОР, ОПРЕДЕЛЕНИЕ И ПРОДВИЖЕНИЕ ФУТБОЛЬНОГО ТАЛАНТА»



Пригодность юного футболиста определяется в процессе его деятельности. Это положение по индивидуальному тестированию ведет начало от Энгельса, научно обосновавшего изучение процесса развития личности: «Только когда юный футболист подвергается испытанию, он может показать, пригоден он или нет для обучения этой спортивной дисциплине». Поэтому методикой для диагностики спортивных способностей является применение в тренировке наиболее важных внешних условий.

Что такое спортивные способности? Спортивные способности направлены на формирование убедительных достижений. Они связаны со способностями юноши успешно переносить тренировку по выбранной спортивной специальности таким образом, чтобы он мог успешно обучаться в процессе для достижения высоких ожидаемых характеристик.

Для всех, кто посвятил себя в различном качестве юношескому спорту, является чрезвычайно интересным вопросом проблема, связанная со **спортивным талантом**. Все согласны с утверждением, что, несомненно, выгодным является составление долговременного прогноза, когда определенный субъект только начинает проявлять свои качества, предвидеть в нем в будущем заметного и интересного спортсмена. Верно также и то, что по различным причинам некоторые общественные спонсоры намереваются осуществлять инвестиции, оказывая помощь одним ребятам больше, чем другим.

Термин «отбор» порождает иногда немало рассуждений о тех, кто по своему долгу призван защищать спортивное дело, способствовать его распространению, кто должен был собрать или, еще лучше, принять с благодарностью все неисчислимо количество мнений, присутствующее у людей, занимающихся игрой в футбол. Пытаясь защитить тех, кто владеет чем-то лучше, чем другие, необходимо уметь показать с большой долей вероятности в достижении успеха, что они требуют наиболее специфического подхода в процессе подготовки. Это необходимо, чтобы подчеркнуть определенные качества и характеристики, которые они уже, к счастью, имеют от рождения.

В целом, с надлежащей простотой мы можем определить талант футболиста как особое врожденное психофизическое условие и сочетание характеристик, которые проходят определенный этап развития, и которые возводят его выше среднего уровня среди своих сверстников.

Большим количеством работ, представленных в мировой литературе, подтверждено, что определенный ребенок, демонстрирующий в самом раннем возрасте наличие особых способностей к спорту или определенному виду спорта, делает это благодаря своей собственной генетической картине (наследственные факторы), а также вследствие опыта, пусть даже минимального, пережитого на данный момент (факторы окружающей среды). Ясно, что если мы никоим образом не можем повлиять на первый аспект, то, наоборот, во втором многое зависит от подготовки и отношения к приобретенным знаниям. (Смотри таблицу 18).



Таблица 18 – Факторы, влияющие на характеристики футболиста (Д Оттавио, 1994 г.).

Например, возможно, что сын спринтера легкоатлета будет иметь те же, или большую часть, мышечных качеств отца (например, % FT быстрых волокон). Однако верно и то, что если определенные характеристики не закреплять и не стимулировать их развитие с ранней поры тренировками и специальными программами развития, то этот потенциал может остаться на том же самом уровне, что и при рождении (скрытый). (График 19).

Модель характеристик футболиста является довольно сложной. Это утверждение подтверждается большим количеством практиков. Следовательно, возникают трудности в проведении необходимых анализов, вследствие еще и того факта, что не всегда можно определить у атлета наиболее значимые показатели характеристик на данный момент. Также трудно производить контроль параметров характеристик (объективная оценка), чтобы постараться дать максимально правильный прогноз развития. Эти трудности, которые не являются непреодолимыми, определяются тем, что футбол, в сравнении с индивидуальными видами спорта, должен полагаться на определенного атлета, призванного для игры, как по своим технико-координационным качествам, так и органо-мышечным и, в особой степени, по познавательным качествам (индивидуальная и коллективная тактика). Самым частым вопросом является: «Какому возрасту я должен уделять больше внимания, чтобы определить возможный талант, и какие факторы, среди указанных, больше всего влияют на его проявление?» К счастью опыт многих тренеров, наблюдателей и спонсоров всегда позволяет с определенной достоверностью предвидеть, основываясь на эмпирических, однако от этого не менее значимых, измерениях, более или менее счастливое будущее для юного футболиста. Например, читая таблицу 19, понимаем, какими должны быть учитываемые параметры, на которые необходимо ссылаться при оценке способностей игрока в футбол.

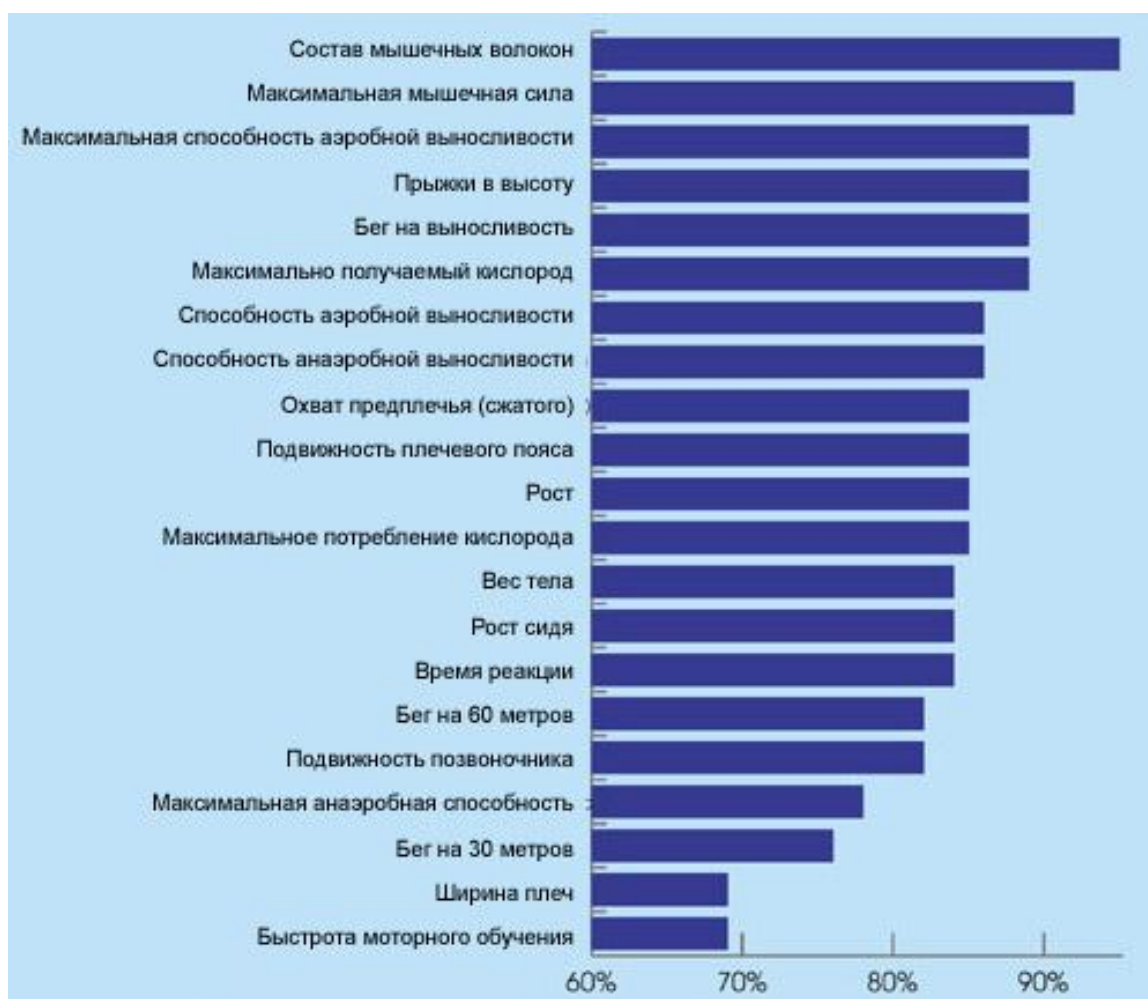


График 19 – Уровни наследственности

Верно также то, что, следуя тенденции улучшения, необходимо найти какую-нибудь наиболее значительную предпосылку, еще точно не известную, для лучшего содействия делу.

Другое важное замечание касалось того, что, определив возможный талант, необходимо изучить не только все его характеристики (эффективность), но и сохранить все замеченные факторы, присущие ему и сопровождающие его. Это утверждение показывает, что при равенстве характеристик (ориентировочно измеренных субъективным методом) и возраста, тот, кто старше по биологическому возрасту, дольше тренируется и имеет уже сложившиеся характеристики (антропометрические, физические, технические, тактические), имеет меньшую возможность в развитии по сравнению с теми, кто, наоборот, находится только рядом с нормой ровесников, или же у них наблюдается задержка в развитии определенных характеристик.

Таблица 19 – (Д Оттаво, 1996 г.)



Это утверждение, логичное в своем определении, однако часто не воспринимаемое с должным вниманием, основывается на том, что те, у кого раннее биологическое развитие, и те, кто быстрее достигает определенного уровня техники, располагают в силу обстоятельств меньшими границами развития. Зато с другой стороны, те, кому удастся выделиться на соответствующих чемпионатах, несмотря на наличие некоторых морфологических и функциональных отставаний по отношению к оптимальным порогам, являются лучшими в специальных тренировках и могут иметь больше возможностей в периоде развития. Возможное развитие этих факторов может поднять уровень характеристик до необходимого состояния, удовлетворительного и сопоставимого с другими игроками, потенциально считающихся сильными (график 20).

Однако иногда история показывает, что некоторые юные футболисты, несмотря на то, что имели четко обозначенные определенные свойства, как наследственные, так и приобретенные, и, что работа по их последующему развитию (дифференцированная тренировка посредством разделения на группы в команде высокого квалификационного уровня) выполнялась по оптимальным канонам современной тренировки, определенные потенциальные таланты так и не развили, как это предполагалось сначала. С большой вероятностью можно предположить, что были применены ошибочные стимулы для различных указателей, считаемых предпосылками таланта, или они сами не были в достаточной степени устойчивы в течение многих лет.

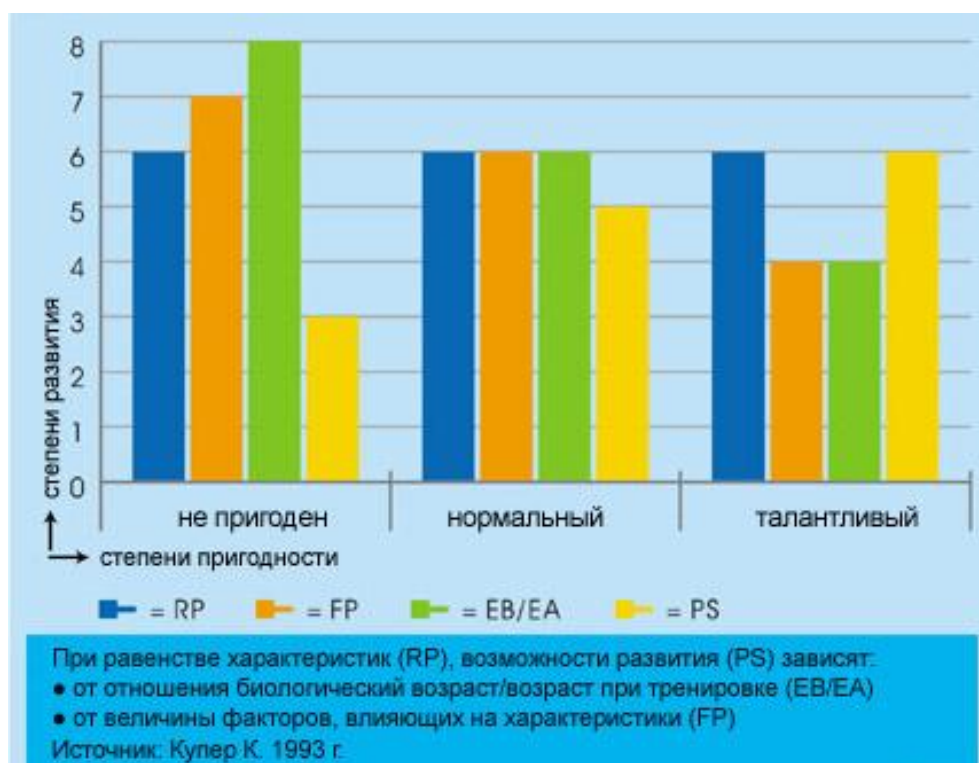


График 20 – Отношение пригодность – развитие

Или же возможно следующее, когда фактор психической мотивации и социальные факторы негативно влияют «на техническое направление», теоретически им предназначенное. Положительным результатом, в противовес предвидению, является то, что другие характеристики, не рассматривавшиеся в юном возрасте в качестве талантов, в последствии развились до максимального уровня, достигнув даже профессиональной категории. Этот факт не может являться незначительным и не заслуживающим внимания, так как показывает, что определенные неизвестные величины еще не разгаданы или действительно не могут быть абсолютно спрогнозированы (таблица 20).

Таблица 20.

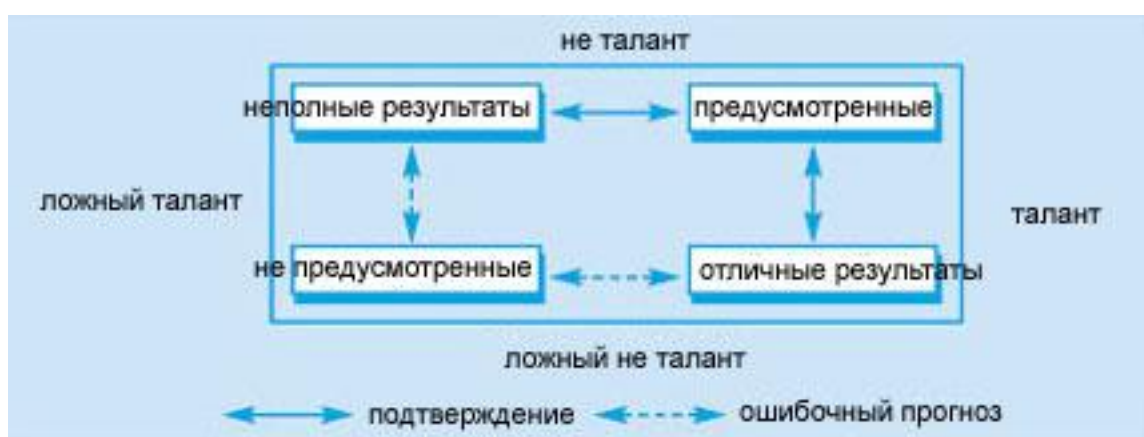




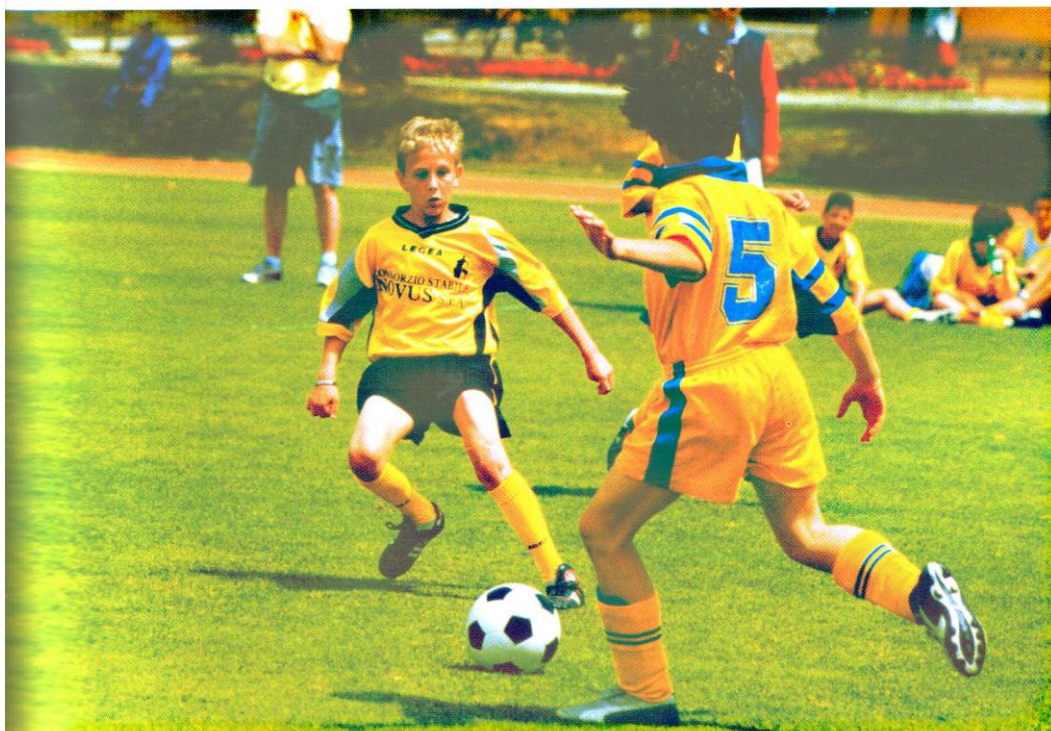
Таблица 21 – (Д Отгавио, 1996 г.)

Общим мнением является утверждение, что подготовка футболиста от первых шагов в спорте до полной зрелости в плане техники, должна длиться, по крайней мере, десять лет, в течение которых юноша получает стимулы и информацию, которые сначала имеют более или менее обобщенный вид и постепенно принимают все более специфический оттенок. В возрасте примерно от 7 до 8 лет начинают ясно проявляться определенные способности, еще более проявляющиеся в последующие годы, дающие возможность предположить наличие потенциальных способностей к футболу.

Конечно, еще слишком рано, для того чтобы определить, что его характеристики могут проявиться существенно раньше, чем они проявятся у его сверстников.

Что касается прогнозирования, то «надежды» очень легко проявляются, если общая картина факторов, составляющих характеристики, покажет эффективную возможность последующих улучшений. Поэтому в возрасте двенадцати - тринадцати лет можно осмелиться сделать первый прогноз. Этот возраст является благодарным для работы по дальнейшему продвижению таланта и выявлению, являются ли устойчивыми во времени (по крайней мере 3 – 4 года) эти предварительно проявленные характеристики.

Другими словами, продвижение таланта означает, что кроме того, что его необходимо диагностировать, также своевременно его надо соответствующе спрогнозировать, и следовать этому в дальнейшем (таблица 21).



«Скорость технического движения является проявлением таланта».

3.5. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ



Любое поведение всегда направлено на удовлетворение личных потребностей, а также на достижение определенной цели. Развитие, тренировка и усовершенствование форм поведения имеют целью достижение моторных характеристик. Внешние условия могут способствовать установлению в группе такого психологического климата, который бы стимулировал, как тренировку, так и соревнование. Вышеперечисленные условия представляют собой социальную окружающую среду, позволяющую поддерживать моторное обучение, стимулируя и оказывая поддержку обучению в коллективе.

Социальное окружение действует особым образом, используя речь, что является предпосылкой моторного обучения, представляющего собой другую важную предпосылку для реализации. Действительно, можно утверждать, что язык является средством постоянного приобретения новых знаний.

Точные объяснения, сделанные в подходящий момент, могут ускорить процесс обучения. Обучение технике и тактике является первым шагом в становлении футболиста. В юном возрасте процессы обучения тесно связаны, как об этом говорилось, с мотивацией; моторного поведения без мотивации не существует.

Большое значение приобретает также личность тренера, который должен стимулировать мотивации, именно потому, что эта психологическая величина является предпосылкой, вокруг которой собран спортивный опыт юных футболистов.

Каждый возраст имеет свои мотивации, свои требования, свои потребности; от тренера ожидают, что он найдет и определит значимые мотивации для каждой личности, находящейся в группе.

Мальчик, юноша и взрослый играют в одну и ту же игру, однако, что характерно, каждый получает из опыта игры моральное удовлетворение особых потребностей своего этапа развития.

Мотивация - это источник роста. Атмосфера игры имеет огромное значение в спортивном опыте ребят. Если игра проходит в спокойной обстановке, то это позволяет обнаружить творческие способности, которые необходимы в футболе для того, чтобы сделать этот вид спорта увлекательным.

Часто тренировки проходят монотонно и с постоянными повторениями, и часто мало используется мяч, это является подходом, вредно сказывающимся на творческих способностях.

Слишком юные футболисты не используют проход в глубину, чтобы оторваться от противника, удар с большого расстояния по воротам, дриблинг или обманное движение из-за страха ошибиться, получить нагоняй от собственного тренера и потерять место в команде.

Поэтому подобный подход приводит к привычке играть простые матчи, к отказу от фантазии и творчества, он может стать причиной того, что потенциал юноши останется нераскрытым. Флауберт утверждает, что ошибки появляются от неправильного ответа на вопрос: «Что мы, взрослые, делаем с нашими ребятами?»

Действительно ребенок во время тренировки всегда должен иметь возможность открывать новое, развлекаться и видеть в противнике не врага, а зеркало для понимания своей собственной значимости и ограниченности. Мотивацию необходимо развивать, поэтому тренер не должен совершать ошибки, которые могли бы замедлять ее развитие. Посему скука, монотонность, беспокойство, нехватка опыта (из-за длительных неудач) являются врагами, которых необходимо удерживать как можно дальше.

В обучении ребят специалист не должен предлагать ситуации с чрезмерно повышенной сложностью, учитывая уровень умений, которыми владеют ребята, что может привести к снижению мотивации, касающейся сильных и слабых сторон, и в конечном итоге к тому, что они оставляют спортивную деятельность. Важно использовать различные виды упражнений для достижения этих целей, чтобы противостоять скуке и монотонности.

Необходимо, чтобы тренер всегда помнил, что осознание своей ценности увеличивает мотивацию юного атлета, и, следовательно, его задачей является знать, понимать и предлагать подходящие решения для мотивации отдельной личности. Кроме того, опыт игры в футбол определяет возможность включения в высоко-образовательный социально-спортивный контекст практики ирреального обучения групповой деятельности, когда игра в футбол становится инструментом обучения сотрудничеству. При этом ребята вовлекаются в коллектив, но не теряют свою личную неповторимость, что позволяет им осознать свои сильные и слабые стороны и необходимость работы в коллективе для достижения общей цели.

Игра, понимаемая таким образом, становится пропедевтикой для деятельности, при которой необходимо, чтобы люди работали вместе, сохраняя свою личную независимость.

4. СОСТАВЛЯЕМ ПЛАН РАБОТЫ: РАЗЛИЧНЫЕ ЭТАПЫ, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ ОСУЩЕСТВЛЯТЬ УЧЕБНЫЙ ПЛАН



4.1. ПЛАНИРОВАНИЕ.



Для лучшей технико-дидактической организации спортивные общества в рамках своих возможностей должны:

1. Анализировать начальное положение посредством оценки:
 - социально-культурных факторов, связанных с ребятами, тренерами, обществом, окружающей средой
 - начальные технико-моторные уровни (степень опыта и способностей)
2. Определить цели, связанные с:
 - конечной целью обучения
 - начальным технико-моторным уровнем (степень опыта и способностей)
 - располагаемыми ресурсами
3. Установить образовательное участие:

- выделить образовательно-подготовительные и технические области
 - определить средства, методы, место, время, критерии оценки
 - определить направление дидактической единицы, лекции, сеанса тренировки
4. Установить системы оценки во время обучения:
- необходимо учитывать все моменты подготовительного процесса и допускать сбор данных для возможного усиления группы и/или личности, оценивая, особенно, отношения между тренером и учеником (анализ предложенного метода)
5. Установить систему конечной оценки:
- учитывать весь процесс и допускать сравнение того, что мы желаем получить, с результатами того, что реально получено (дело тренера)

Акцент, поставленный на слово «результат», мог бы испугать, однако каждый из нас ежедневно, совершая любое действие, должен руководствоваться не случайностью, а успешно действовать по организационному, заранее разработанному плану.

Почему же планирование является благом?

Сколько раз для того, чтобы добраться до какого-нибудь места, мы начинали паниковать, не зная по какой дороге ехать?

А сколько раз мы выезжали, не имея четкой цели, по непроходимому маршруту в поиске уютного места?

При любом планировании, перед тем как отправиться в «поездку», кроме маршрута, определяются остановки в пути, скорость движения, заправка.

Мастерство любого тренера не измеряется только качеством удара по воротам или игрой мячом по-бразильски, а также грамотным планированием собственных действий в контексте, организованном и направленном на подготовку юных футболистов.

Мы несем ответственность за их футбольный рост, физико-моторное развитие и особенно за их психологическую целостность. Мальчик, покидающий футбольную практику, который не любит и отказывается от соревнования, который боится ошибиться, представляет собой провал подготовительного процесса.

Планирование является центральным моментом дидактического замысла.

Оно дает возможность тренеру выделить образовательные цели и определить деятельность, необходимую для достижения этих конечных целей, а также формы, с помощью которых будет реализована проверка приобретаемых способностей, и параметры для оценки проводимых дидактических процессов и достижений субъектов, вовлеченных в подготовку.

4.1.1. СТАРТОВАЯ СИТУАЦИЯ И АНАЛИЗ СИТУАЦИИ



В начале года стараются определить в разных группах футбольной школы общий уровень:

- интересов (по виду моторной и спортивной деятельности, свойственной определенной дисциплине),
- усердия и мотивации (чтобы понять и выполнить действия и контролировать результаты),
- моторных способностей (функциональных и структурных),
- умений (основные схемы моторики тела),
- знаний и переживаний (связанных с темой физического и спортивного образования).
- межличностных отношений (дружба, сотрудничество).

Для того чтобы оценить полезные наблюдения и данные для индивидуальной и коллективной оценки, хотя бы даже приблизительной, допустимо получение информации о результатах предыдущего участия и личностных особенностях.

Это можно выразить качественно-количественными терминами (типология и владение умениями). Кроме того, необходимо включить общее поведение субъектов в рамки готовности к обучению способностей саморегулирования во время дидактической деятельности, и так же во время предшествующих и последующих ситуаций (передвижения, разведка). Акцентировать внимание на возможных особых случаях (положительных и/или отрицательных), указывая частные аспекты каждого.

4.1.2. ОБЩИЕ ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ ЦЕЛИ



Предопределяющими целями для достижения, взяв в качестве отправного пункта действия ученика, являются указания программ, оговаривающие располагаемые средства, технику и методику, с помощью которых необходимо действовать.

Содержание определяется не по отношению к особенностям дисциплины, а скорее к комплексному плану мышления, проявлению поведения, социальным отношениям, эмоциям адресатов обучающего действия...

Можно постараться достичь, например:

- более правильного поведения ученика/учеников, ученика/тренера;
- большей заинтересованности и готовности к осуществляемой деятельности;
- лучшей способности выражаться без боязни и робости;
- лучшей способности к самоконтролю и самоуправлению, независимости в любой деятельности;
- большего уважения, верности, сотрудничества в группе;
- лучшей управляемости в спорах, непримиримости, нетерпимости, уменьшения межличностного и внутри личностного напряжения;
- приобрести полезный метод работы для рассмотрения других, не спортивных познаний;
- стимула для гипотетически-дедуктивного мышления и приобретения способности формировать прогнозируемые образы.

4.1.3. УЧЕБНЫЕ ЗАДАЧИ



Они корректируются во время обучения, а также входят в состав проблемы, связанной общностью определенных способностей субъекта, в том, что касается механизма их приобретения и развития содержания специфических особенностей определенной дисциплины.

Учебные задачи связаны с приобретением знаний, умений и отношений, они очень важны в любой дисциплине. Для создания различных дидактических задач выработана определенная упорядоченная рабочая практика, устанавливающая те задачи, которые необходимо достичь. В техническом плане речь идет об иерархии и классификации дидактических задач (от низкого к высшему, от легкого к трудному, от простого к сложному), связывая их с типологией группы (ее знания, умения, способности, подготовка).

Например, организация определенной моторной подготовки детей 6 лет не может не учитывать развитие конкретных моторных схем (бег, прыжки, перевороты, хватание), являющихся приоритетными в обучении основным элементам техники.

Составление плана, включающего определение задач для достижения, должно начинаться с углубленного изучения ученика и группы, их способностей и приобретенных умений, параметров их хронологического возраста, дающих полезную информацию для определения рабочих задач.

Другими словами, воспитатель, осуществляя выбор определенной подготовки, должен отдавать предпочтение развитию заданных способностей в упорядоченном хронологическом контексте (задачи планирования).

Поскольку определенные задачи являются одновременно проверочными задачами, то есть такими, с помощью которых в течение года будут оценивать степень развития определенного умения или способности, то параллельно определяется и направление, «скорость, запас и остановки» для их достижения.

4.1.4. УЧЕБНЫЕ СРЕДСТВА И СОДЕРЖАНИЕ



Одним из принципов, долженствующим регулировать процесс тренировки или обучения является тот, что мяч всегда должен присутствовать при выполнении различных упражнений, а игра является лучшей формой и средством для обучения.

Поэтому при выборе упражнений, направленных на приобретение определенного поведения, должна превалировать деятельность с высоким эмоциональным вовлечением, вызывающая заинтересованность, воодушевление и создающая чарующий климат, где желание находиться и «тренироваться» вместе становится высокой мотивацией.



Содержание тренировки и ее средства должны всегда меняться, становясь частью мозаики, направленной на достижение целей программы.

Например, развитие способности двигаться в свободном пространстве так, чтобы получить мяч (умение оторваться от противника), является сложной задачей, которая часто осуществляется через промежуточные передачи другим игрокам, что помогает изучить свободное пространство на поле, научиться принимать мяч, заставляет приспособливаться и преобразовывать свое моторное поведение.

В рамках футбольной школы общества организованы по категориям, в основу которых заложен различный возраст детей, у нас есть «Маленькие друзья», к которым относятся самые маленькие от 6 до 8 лет, «Малыши» – от 8 до 10 лет и «Дебютанты» – от 10 до 12 лет.

Поэтому характеристики деятельности, развиваемой внутри футбольной школы, должны отвечать запросам и требованиям каждого возраста на определенном этапе его развития.

Кратко и схематично анализируя все вышеизложенное, можно сказать:

<p>«Маленькие Друзья» 6 – 8 лет</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Ребенок показывает определенный эгоизм (эгоцентризм). Поэтому необходимо, чтобы всегда рядом с ним был мяч, который он не хочет делить с другими. ● Он постоянно желает исследовать и играть, чтобы учиться играть и улучшать свои собственные базовые моторные качества
--	---

	<p>(бегать, ударять/бить по мячу, прыгать, переворачиваться, бросать, хватать и т.д.).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Тренер должен предлагать и стимулировать его поведение, которое не должно быть предписанным и директивным. Оно должно допускать спонтанность и носить спокойный и ровный характер. • Не должно быть обучения технике по образцу и подобию деятельности старших, а должны присутствовать небольшие игры, направленные на познание различных элементов основной техники. Деятельность в ограниченных пространствах, с более маленькими легкими мячами. Игры 3:3, 4:4, 5:5.
«Малыши» 8 – 10 лет	<ul style="list-style-type: none"> • Спонтанно переживается и преодолевается эгоцентризм предыдущего возраста, становятся лучше отношения между товарищами внутри организованной игровой деятельности. • Базовые моторные способности начинают внутренне преобразовываться в технические умения. Играя, они учатся вести себя соответственно различным ситуациям. • Тренер должен оценивать инициативу ребят, способствуя, а не запрещая их творчество и фантазию. Он должен ставить задачи и стимулировать их решение. • Дриблинг и удары по воротам, ситуативные игры и небольшие матчи являются основными элементами, на которых основывается обучение. От 7:7 до 9:9 с мячами и в ограниченном пространстве.
«Дебютанты» 10 – 12 лет	<ul style="list-style-type: none"> • Включение в группу улучшает межличностные отношения, выходящие за рамки общества. • Улучшается точность технических умений и способность к вниманию. Можно предлагать более аналитическую деятельность. Желание становится лучше. • Обучение технике может потребовать коррекции, роль тренера приобретает иногда директивные характеристики. Тем не менее, мы не должны забывать, что всегда должен преобладать игровой аспект. • Увеличивается время, посвящаемое тренировке. Приобретается техническое поведение в соответствующей игровой ситуации (применение техники). От 11:11 в ограниченном пространстве до 11:11 на обычном поле. Небольшие мячи.

Таблица 15.

4.1.5. УЧЕБНЫЙ ИНВЕНТАРЬ



Общие положения

Как не раз уже было подтверждено в данном руководстве по технике, выбор целей, содержания, методов обучения должен быть запланирован на основе различных обсуждений, касающихся характеристик развития и роста детей. Необходимо учитывать тот факт, что подготовка умений должна проходить дидактические этапы и в определенной последовательности, связанной с различными уровнями моторных

способностей. Морфологический и функциональный рост должен идти по пути, параллельному развитию моторных способностей и наиболее специфическому техническому умению. Эта согласованность различных сфер, таких как биологическая и возрастная, поддерживаемая выполнением дидактического планирования, может быть выражена следующими словами «планирование для возрастных категорий». Мы думаем, никто не может опровергнуть то, что самые маленькие дети представляют большие трудности по сравнению с более взрослыми в том, что касается контроля и организации моторных схем и основных движений спортивных моторных способностей. В связи с этим действенность и качество дидактических программ становятся окончательно обусловленными следующим:

1. предоставить наиболее легкий и продуктивный путь обучения;
2. сохранять этапы, в течение которых маленький ученик испытывает и запоминает определенный опыт обучения;
3. дозировать трудности, связанные с выполняемыми техническими заданиями;
4. изменять (в течение работы) вид и особенности программы, связанной с уровнем приспособляемости группы или отдельных учеников;
5. проверять характерные черты моторного поведения детей, что является объективной конечной целью программы и следствием эффективного обучения.

Как видно из этих пяти пунктов, представляющих собой факторы, на которых строится процесс обучения, у обучающего или того, кто должен планировать работу, появляется несколько задач для решения. Это происходит вследствие понимания того, что возрастающий характер упражнений, выработанных на уроках или в дидактических единицах, не может изменить определенные моторные реакции учеников. Дидактические упражнения, представляющие собой окончательное исполнение метода и исследуемых целей, делая все для соответствия принципу *разнообразия обучающих стимулов*, иногда не обогащаются последующими переменными и могут в худшем случае порождать скуку и, следовательно, снижать мотивацию к обучению. В различных разделах Руководства этот тезис подтверждается многочисленными примерами (смотри главу 1, 2, 4).

Поэтому дидактическое разнообразие считается видом «отговорки», чтобы избежать и ограничить другие трудности, которые могут встретиться в любом случае. Без сомнения, дидактическое разнообразие может способствовать обучению, если техника юношей располагает особым дидактическим инвентарем, как в плане количества, так и в плане дидактического соответствия и последовательности. Когда, например, тренерам рекомендуется применять упражнения с одним мячом для всех учеников, нам часто хочется сказать: «Но если у нас общество, то пусть все получают эти мячи?». Теоретически таких ситуаций не существует, но на практике..... Конечно верно, что трудности развивают воображение, однако также верно и то, что, не имея основных средств, трудно выполнить любую работу. Это происходит в том случае, когда речь идет о спорте, и тогда, когда эта ненадежность проявляется и в других видах моторной способности (работа, школа, дом, хобби и т.д.).

Поэтому инвентарь, по нашему мнению, должен быть серьезно воспринят тренерами футбольной школы, так как если он хорошо выбран, то может явиться большой помощью для дидактики и обучения.

Инвентарь футбольной школы

Обучение игре в футбол должно быть запланировано, особенно на первых возрастных этапах (подготовка и первый период обучения). Необходимо организовать рабочую единицу, основанную на применении средств, облегчающих обучение, и на принципе постепенности использования дидактических предложений. Это считается подходящим для оказания помощи ребенку в необходимой функциональной адаптации в сенсорно-моторном, технико-координационном и познавательном плане.

Используемый инвентарь, являющийся особым дидактическим инструментом, конкретизируется посредством выбора методов обучения. Он должен применяться в тесной взаимосвязи с психомоторными и организационными требованиями ребенка, и должен иметь отношение к этому деликатному периоду подготовки, а также должна присутствовать связь между стимулом и реакцией, на которую необходимо обращать внимание всякий раз, когда она побуждается особым внешним стимулом.

Мяч, или футбольный мяч, является основным инвентарем для игры. Это средство отвечает всем психо-мотивационным требованиям, которыми предусмотрен постоянный контакт с ним. Оно имеет большую важность в эволюционном процессе юных футболистов. Однако какие характеристики должен иметь этот особый рабочий инструмент? Какими должны быть его вес, размер и материал для того, чтобы они приводили к лучшей адаптации? И какими являются лучшие решения, очень важные для того, кто представляет футбол на начальном этапе, чтобы защитить физическую целостность юных спортсменов? Часто опыт приводит к наиболее эффективной стратегии, однако, иногда почти непроизвольно, возникают вопросы, требующие необходимых размышлений для удовлетворения личной любознательности. Мяч, или футбольный мяч, традиционно является кожаным изделием или изделием из различного природного или синтетического сырья, имеющим размер и характеристики, подходящие для любого вида требований техники. Однако иногда, особенно для удовлетворения исключительных дидактических требований, кожаный мяч, которым обычно пользуются взрослые, является мало приспособленным для требований постепенности, необходимой маленьким детям. Исходя из соображений практического опыта, можно заключить, что резиновый мяч, особенно двухслойный, наоборот, имеет следующие интересные характеристики:

- Отношение вес/сжатие - наиболее благоприятное.
 - Контакт нога – мяч менее травмирующий из-за большей деформации и лучшего распределения силы, применяемой для перемещения мяча (большая площадь контакта). Это определяется лучшим амортизирующим действием при ударе.
 - Большая деформация (амортизация) определяется более обширной площадью стимула на проприоцептивном и осязательном уровне и большим временем контакта (лучшее чувственное обучение в качественном плане).
 - Позволяет воздействовать с большой силой (мощностью) на мяч. Лучшее отношение вес/упругость с последующим улучшением характеристик удара и передачи мяча (более сильный и более дальняя).
 - Улучшение определенных характеристик в развитии соревнования, расширение умственных операций (обычно с кожаным мячом их нет), и поэтому появляется возможность решать «дистанционные», «воздушные» задачи, как при ударе, так и при передаче.
 - Позволяет чаще отрывать мяч от земли (резаный пасс, пасс на выход, игра с мячом и т.д.)
 - Позволяет проводить досрочное обучение игре головой (менее травматический контакт).
- Несмотря на это, для того, чтобы данные условия стали действительно положительными, резиновый мяч должен обеспечивать:
- стандартный вес, такой же, как у кожаных мячей;
 - стандартную окружность, такую же, как у кожаных мячей;
 - хорошую шарообразность;
 - хорошую сжимаемость;
 - хорошее (контролируемое) отскакивание, особенно при использовании на неровных поверхностях;
 - сохранение линии воздушной траектории и низового мяча (как на выходе, так и на входе), как в условиях максимальной мощности, так и в условиях контроля-ведения, удара и передачи, проводимых с меньшей скоростью передачи (точность).

Другие дидактические возможности при использовании резинового мяча:

- большая возможность изменять цвет, с расширением дидактических возможностей и сенсорной зрительной стимуляции;
- большая возможность изменения размера окружности (например, № 6-7-8 или № 2);
- большая возможность по «облегчению» мяча, создавая равенство прилагаемой силе, что делает траекторию полета более медленной. Это, безусловно, способствует предугадыванию траектории полета со стороны того, кто принимает мяч;
- большая возможность осуществлять хороший отскок мяча (например, «slow rebound»), что способствует лучшему обучению остановке, ведению мяча и т.д.

Экспериментальное изучение, проводимое несколько лет в Федеральной футбольной школе в Аккуасетоза (Д Оттавио, Бюллетень Технического сектора № 1, 2000 г.), позволило проверить некоторые из предыдущих предположений. Действительно, косвенно измерив время контакта ноги с мячом во время мощного удара, был подтвержден факт того, что амортизация резиновых двухслойных мячей по отношению к кожаным мячам больше, то есть контакт менее травматичен (графики 21 и 22).

Но это не сказывается на скорости удара. Это позволяет лучше организовывать упражнения, особенно если они требуют:

- максимальной мощности при ударе по воротам и при длинной подаче;
- конечного решения при резаном ударе, угловом ударе и т.д.;
- определенной преждевременности при обучении ударам головой;
- отбивание мяча кулаками для вратарей.

Что касается размера мяча, то не является новостью, что обычно всегда рекомендуется использовать мяч меньших размеров. Это верно по определенным причинам, например, размер окружности должен приближаться к диаметру сегментов тела, составляющих нижние конечности.

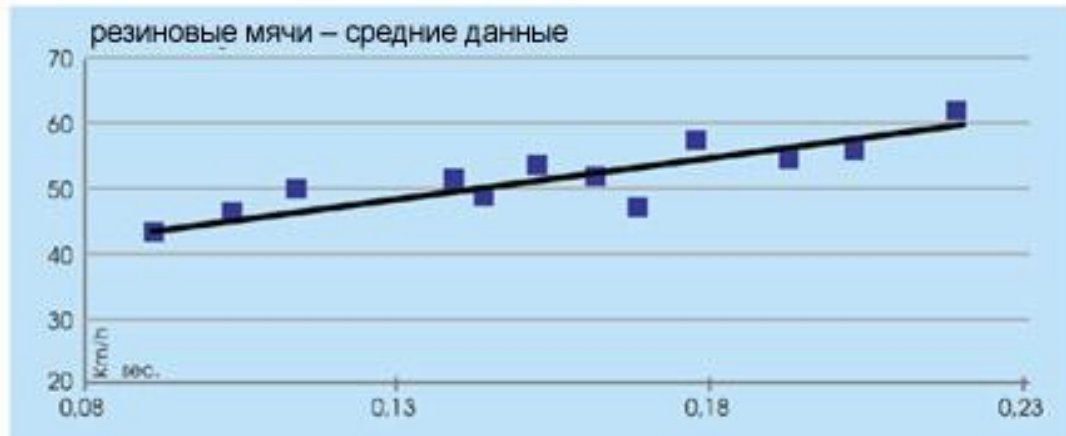
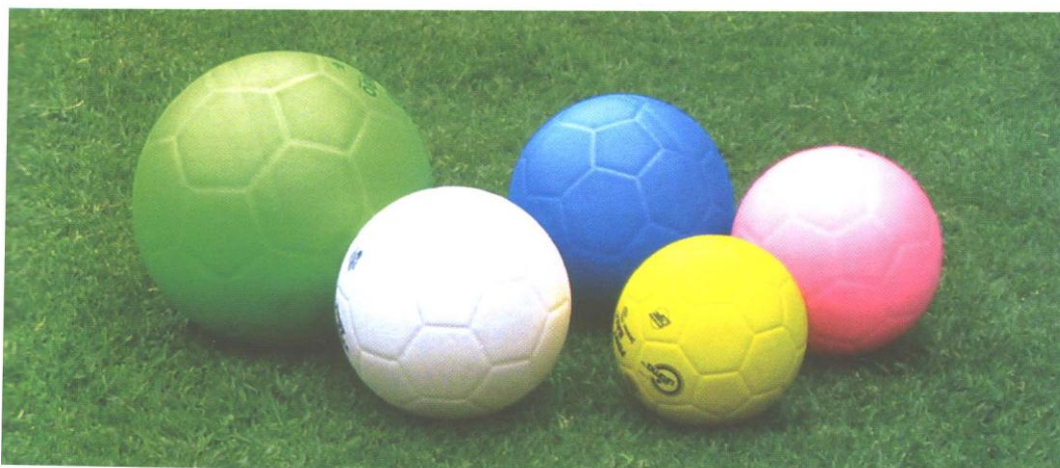


График 21 – Взаимосвязь: скорость мяча – время контакта со стеной (Д Оттавио, 2000 г.).

Однако на некоторых этапах обучения возрастает сложность контролирования мяча: например, при остановке высокого мяча, или там, где необходимо приложить максимальную скорость ведения или удара, при поиске лучшей технической точности. В таких случаях применяется относительно большой мяч, что может положительно сказаться на развитии упражнения и облегчить последовательность его выполнения, так как потенциальная поверхность удара, представленная окружностью мяча, является большей.



«Резиновые двухслойные мячи различного веса и размера»

Таблица 22 показывает, как в соответствии с этими замечаниями, необходимо работать с данным инвентарем. Экспериментальное изучение, подготовленное посредством проведения специальных тестов по оценке техники, в значительной степени подтвердило то, что было описано выше (смотри график 23). То же относится и к промежуточным позициям, касающимся применения в мячах различного материала, например, резина-кожа,



График 22 – Различия между резиновыми и кожаными мячами – среднее значение, измеренное в 120 испытаниях (Д Оттавио, 2000 г.).

что вызывает определенное внимание со стороны предприятий, реализующих материал, обеспечивающий дидактическую эффективность, легкость в обучении и безопасность (график 24).

Юношеский учебный сектор ИФФ, используя свои собственные технические структуры, показал в последнее время заметную заинтересованность, касающуюся поиска соответствующих технико-дидактических решений и обеспечения безопасности детей. Задачей спортивных учреждений является умение вести диалог с предприятиями – производителями и помогать им своим опытом и знаниями.

Что касается размеров футбольных ворот, то это происходит аналогично изменению размеров поля, меняющихся в зависимости от категории возраста игроков футбольной школы и от их количества. По этому поводу существует ряд замечаний. Во-первых, площадь ворот (высота x ширину) должна обеспечивать морфологический и мускульный потенциал вратаря, технически работающего по всей площади (рядом со стойками, перекладиной и т.д.). С другой стороны, юный нападающий должен иметь возможность направлять мяч в

угол ворот, и, естественно, чаще всего ему это удается, не считая тех случаев, когда размер ворот (например, слишком узкие) ограничивал эту возможность.

«...ясная и предвиденная связь существует между скоростью и точностью движения с одной стороны, размером мишени (цели) со второй, и расстоянием, на котором она находится - с третьей...»

«...когда цели очень большие и располагаются рядом с нами, мы стараемся двигаться быстро (со скоростью) и хорошо (с точностью) к одной из них, меньше замечая отрицательное воздействие.»

Таблица 22 – Закон Фиттса (С. Д Оттавио, Документы курса высшего специального образования по спортивным наукам и технике, Университет Тор Вергата, Рим).



График 23 – Процентное различие между применением мячей джамбо (№8) и традиционных мячей (Д Оттавио, Телл 2002 г.)

После проведения Юношеским и учебным сектором соответствующего изучения, (Д Оттавио. Бюллетень Технического сектора № 5 – 6, 1996 г.) посредством математических расчетов, учитывавших антропометрические и нервно-мышечные параметры и различия между детьми футбольных школ в различном возрасте и взрослыми, были определены три подходящих размера футбольных ворот.

Также необходимо проанализировать и другие особенности, кроме чисто технических. Наиболее важной среди них является обеспечение безопасности детей посредством поиска надежного инвентаря.

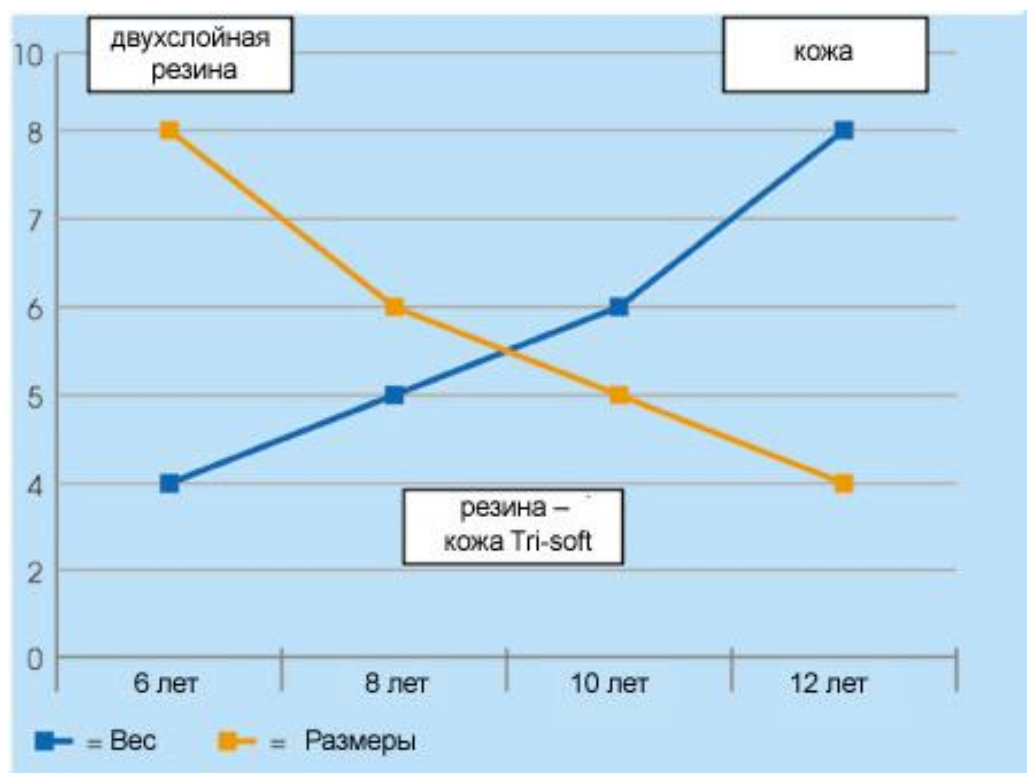
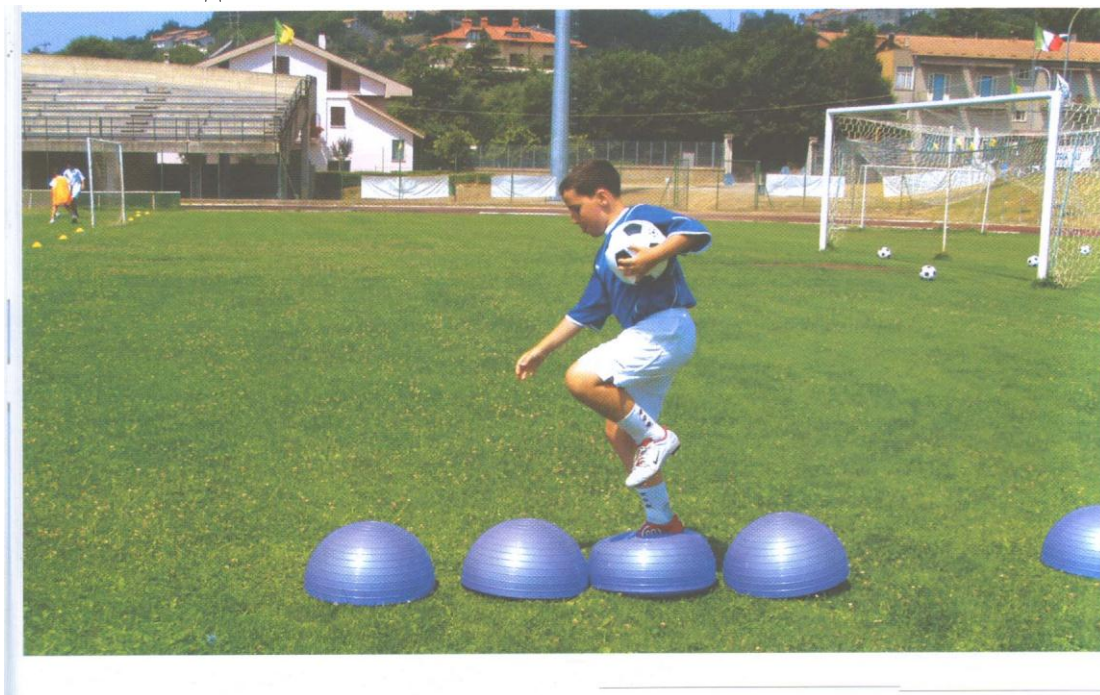


График 24 – Мячи и дидактика (произвольные значения) – Д Оттавио, 2000 г.

В последние годы в Европе, так же как и на других континентах, социальное развитие ведет к постоянному росту количества занимающихся спортом людей. Это явление привело к появлению целого ряда организаций, не имеющих законного права заниматься спортивной деятельностью, которые не всегда страхуют детей от физического ущерба, к которому может привести плохая дидактическая организация. Официальные данные Sportass за несколько лет показывают, что 27% спортивных травм связаны с использованием непригодного инвентаря. Большая часть этих детей в последствии окончательно расстается с занятиями спортом. Поэтому правильно, что социально-экономическое развитие приводит к улучшению технологий, применяемых для изготовления спортивного инвентаря. Например, в отношении футбольных ворот для детей: некоторые специализированные предприятия усовершенствовали свои коммерческие предложения, полностью исключив выступающие или особо опасные при физическом контакте элементы, покрыв особыми резиносодержащими материалами, как стойки, так и точки анкерного крепления между столбами и поперечиной. Они создали, кроме всего прочего, такое действительно новое решение, как разбирающиеся ворота, позволяющие использовать их в двух разных вертикальных размерах (например, 4.80 м x 1.90 – 1.60 м. соответственно, для категорий «Малыши» и «Маленькие друзья»). Кроме того, легкость материалов позволяет детям напрямую контактировать с инвентарем, даже, возможно, транспортировать его на тренировочное поле. Этот опыт доказывает целесообразность использования в обучении методов, характеризующихся определенной свободой исследования, посредством которых ребята самостоятельно управляют своей деятельностью. Что касается небольших ворот, которые обычно используются в тренировках для футболистов одного возраста, отличное решение в этом случае представляют собой разбираемые ворота (например, 1.50 м x 1 м. и 1.50 м x 0.60 м.) вследствие простоты их сборки и разборки и легкости применяемых материалов. Это позволяет применять их, как в спортзале, так и на открытом месте, и особенно в программах, предусматривающих комплексную связь между деятельностью школы и спортивного общества. Другим наиболее распространенным инвентарем являются конусы и колышки или препятствия (барьеры). В футбольной школе должно находиться достаточное количество ступеней или небольших резиновых выступов высотой 20 – 25 см. Этот инвентарь лучше всего подходит спортзалам, практикующим фитнес или спортивную

аэробики, однако, его можно использовать и на начальном этапе обучения в футболе, что в определенной степени стимулирует нервно-мышечные рефлексы (неподвижность, гибкость). Данная деятельность и стимулы, связанные с ней, особенно применимы для детей категории «Дебютанты». Она стимулирует проприоцептивную приспособляемость, как на уровне суставов, так и мускулов, из-за изменения длины и скорости, которым подвергается мускулатура во время выполнения упражнений по прыжкам (вниз и вверх, на одной или двух ногах и т.д.). Говоря о воздействии на продольную ось тела, то в целом необходимо ограничивать объем упражнений. «Проприоцептивные дощечки» должны всегда быть в достаточном количестве в футбольной школе. В последнее время особенно часто используется надувной выдерживающий вес тела круг из резиноподобного материала, не имеющий в центре отверстия, позволяющий лучше дозировать потерю равновесия, вызванную неправильным статическим положением (одной или обеих ног) на снаряде, что ведет к соответствующей проприоцептивной приспособляемости. Это подтверждается как на структурном уровне суставов и сухожильных мышц, в особенности нижних конечностей, так и в вестибулярном аппарате, где находится центр чувства равновесия. Необходимо напомнить, что хорошая проприоцептивная восприимчивость позволяет организовать технические умения, с большой точностью дозируя применение мышц в различных дидактических ситуациях (например, способность дифференцировать мышечно-суставную чувствительность, способность чувствовать ритм и т.д.), и способствует предотвращению травм и болезней костно-суставного и мышечно-сухожильного аппарата. В той же самой степени (смотри фотографию) данный надувной «серб луны», называемый так из-за своей формы, тренирует периферические сенсорные структуры, дозируя интенсивность «неустойчивости» с помощью положения и степени накачки снаряда. Он является чрезвычайно эффективным для тренировки особого равновесия в сочетании с некоторыми техническими движениями.



«Тренировка равновесия при помощи прыжков по специальным медузам»

Тренировочная стенка, называемая «вилка», представляет собой историю обучения футболу. Около 45 лет назад ее начали применять в NAGC (Центр по Обучению Юных Футболистов), сегодня - футбольные школы, контролируемые ИФФ. Несмотря на то, что иногда довольно трудно организовать место для тренировки с этим снарядом, надо думать, как использовать эту возможность. Мы считаем, что ритм, повторение и разнообразие, которые может дать этот снаряд, довольно трудно организовать с помощью других тренировочных средств. Некоторые предприятия производят очень маленькие перевозные тренировочные стенки,

которые можно использовать в качестве препятствий. Вилки явились результатом замысла использовать технологии, связанные с перекладиной футбольных ворот. Новинкой являются некоторые особые прорезиненные покрытия (специальные маты), специально задуманные для тренировки вратаря, особенно выполняя блок на полу, чтобы подготовить маленького футболиста к акробатическим движениям в футболе. Эти особые коврики для малышей, которые выпускаются различных размеров (например, размером с ворота или площадь ворот), модулируют игрокам характеристики отскокивания мяча и контакта мяча с полом, подобные травяным полям. Эти решения не могут не быть внимательно и профессионально изучены, так как они ограничивают психологическую боязнь сделать что-то неправильно во время некоторых технических упражнений.

Выбор дидактического инвентаря определяет:

- ⌘ Стимулы для обучения
- ⌘ Градацию стимулов для обучения
- ⌘ Творческий подход в разработке программы
- ⌘ Мотивацию со стороны ученика

В нескольких словах

- ⌘ Лучшее дидактическое предложение

Таблица 23 – Цель выбора дидактического инвентаря на этапе обучения.



«Амортизирующие коврики для вратарей»

Поэтому практическая подготовка и апробирование технических движений, имеющих определенную степень трудности (например, акробатические), должны идти вначале цикла обучения. Разнообразие дидактических приемов должно обогащать содержание и способствовать развлечению, вопрос, которым нельзя пренебрегать в тренировках детей и который необходимо обеспечивать. Считается, что одним из наиболее важных требований среди характеристик футболиста является быстрота движения (и/или перемещения), как ациклического, так и циклического, поэтому является необходимым стимулировать определенные физиологические механизмы, особенно нервные, для того, чтобы было возможно достичь оптимального состояния. Кроме всего прочего, как уже указывалось ранее, (смотри главу 3.4.1/2/3 - Условные способности), это физическое качество проявляется с определенной преждевременностью в биологическом развитии тренировки. Другими словами, быстрота является одним из физических качеств, которые мы можем тренировать с определенной границей «уверенности», и результаты которого уже видны в 7

– 8 лет. Поэтому, затрагивая эти предпосылки на этапе планирования деятельности и, соответственно, выбора дидактических средств, не нужно пренебрегать возможностями, предусматривающими потенциальное развитие частоты движений. Эта особая деятельность обычно выполняется посредством упражнений ритмичного (циклического) характера, как, например, в случае использования низких препятствий для их последовательного преодоления, или для того же самого упражнения используют обручи и палочки, положенные рядом на пол. Устройство, которого возможно не хватает в повседневной жизни футбольных специалистов и в футбольных школах в частности, в легкой атлетике называется «координатором частоты».



«Упражнение на координаторе частоты во время соревнований «Ты молодец в...» Футбольная школа при СТГ в Коверчиано»

Оно состоит из связанных между собою труб различных цветов, очень легких, которые могут быть легко реорганизованы с возможным изменением направления и дидактической постепенностью, изменяемой и исправляемой в зависимости от технических требований к детям. Этот вид инвентаря может стать полезным, если мы будем постепенно повышать точку прикрепления шнура (различная высота), что позволит таким образом стимулировать прыжковую способность (относительная сила гибкости); увеличивая протяженность средства (смотри фотографию), что показывает дидактическую гибкость, можно легко превратить его как в средство для тренировки точных ударов, так и в средство для тренировки дриблинга и обманного движения с мячом и без него. При необходимости шнур, растянутый на земле или слегка приподнятый, может использоваться для значительного изменения дидактической цели.



«Комплект точности для ударов и слалома»

4.2. КАК МЫ ОБУЧАЕМ?

МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ ПРЕПОДАВАНИЯ



Тренеры детей должны знать педагогические основы обучения, чтобы обеспечить доставку дидактического замысла адресату и положительное осуществление адаптации. На практике тот, кто обучается осуществлять такую деликатную функцию, должен уметь пополнять свои знания (компетенцию) способностью адаптации к требованиям учеников, для получения эффективного роста умений учеников. Организация деятельности всегда должна быть основана на четко определенных критериях и методах, являющихся приемлемыми. Постараемся понять, что подразумевается под методом. «Это логический умственный, культурный, технический или практический способ, следующий определенным путем. Поэтому он исключает эмпирическую и общую импровизацию и предполагает поиск оптимальных условий любого обучения, начинающегося в соответствии с дидактически-педагогическим планом, которое в последствии переводится в план специальной методики». Здесь мы не хотим задерживаться на различных классификациях дидактических методов, широко представленных в специальных трактатах, однако постараемся осветить наш эффективный десятилетний опыт деятельности в юношеских секторах. Наш подход (Синджер, 1984 г., Д Оттавио, 1994 г.) основывается в основном на осознании некоторых фундаментальных элементов, направляющих ежедневную работу на поле:

- *сложность задачи*, под этим понимается количество информации для восприятия, переменчивость окружающей среды игры и связь с памятью;
- *организация задания*, речь идет о технико-координационных трудностях, и, следовательно, о синхронности или гетерохронии различных элементов, составляющих движение или действие, касающихся моторных реакций в целом.

Например, противостояние существующей проблеме:

- сложность неполного задания
- организация легкого задания

Можно использовать методы, больше учитывающие совокупность движения, а не его детали (общий метод); и, наоборот, в случае противостояния ситуации, имеющей следующие характеристики:

- сложность повышенного задания
- организация задания со средней и высокой трудностью

Подход необходимо начинать последовательно (аналитический метод), постоянно проверяя как детали, так и связи, однако, не теряя из вида действие в его выражении в целом. Необходимо учитывать, что аналитический и общий подход, предложенные преподавателю, могут иметь различные виды и формы связи с учениками:

1. полностью или частично поощрять ученика к собственному толкованию задачи. Преподаватель решает для себя сам (дедуктивный метод).
2. вовлекать ученика в составление общего замысла, касающегося решаемой задачи, методом проб и попыток (индуктивный метод).

Первый создает условия для более правильной и быстрой адаптации и кажется более благоприятным в связи со спортивными умениями «закрытого» типа (*Closed skills*). Второй метод, основанный на творческих способностях ученика, можно считать формой инвестирования в будущее, ввиду того, что сначала тренируются процессы автоматизации, затем сразу же (смотри график 25) происходит улучшение преобразования и возрастает связь с последующим обучением. Этот метод, несомненно, более подходит к спортивным умениям «открытого» типа (*open skills*) и поэтому решительно рекомендован для футбольной практики (таблица 24, 25 и график 25).



Таблица 24 – Классификация видов спорта согласно Э.С. Пултон, 1957 г, - С.Д Оттавио, Документы курса высшего специального образования по спортивным наукам и технике, Университет Тор Вергата, Рим 2002 г.



Таблица 25 – Модели характеристик (С.Д Оттавио, Документы курса высшего специального образования по спортивным наукам и технике, Университет Тор Вергата, Рим 2003 г.)

Непосредственный опыт, полученный в результате использования вышеуказанных методик в обучении двух пробных групп детей 11 лет, занимающихся футболом в Федеральной Футбольной Школе Акуачетоза в Риме, после года от начала занятий (1992 г.) показал следующие значения:

- использование *направленного метода* (связанного с индивидуальным выполнением технических движений) значительно улучшает, как субъекты, с самого начала владевших техникой на хорошем уровне, так и тех, кто с самого начала был мало подготовлен;

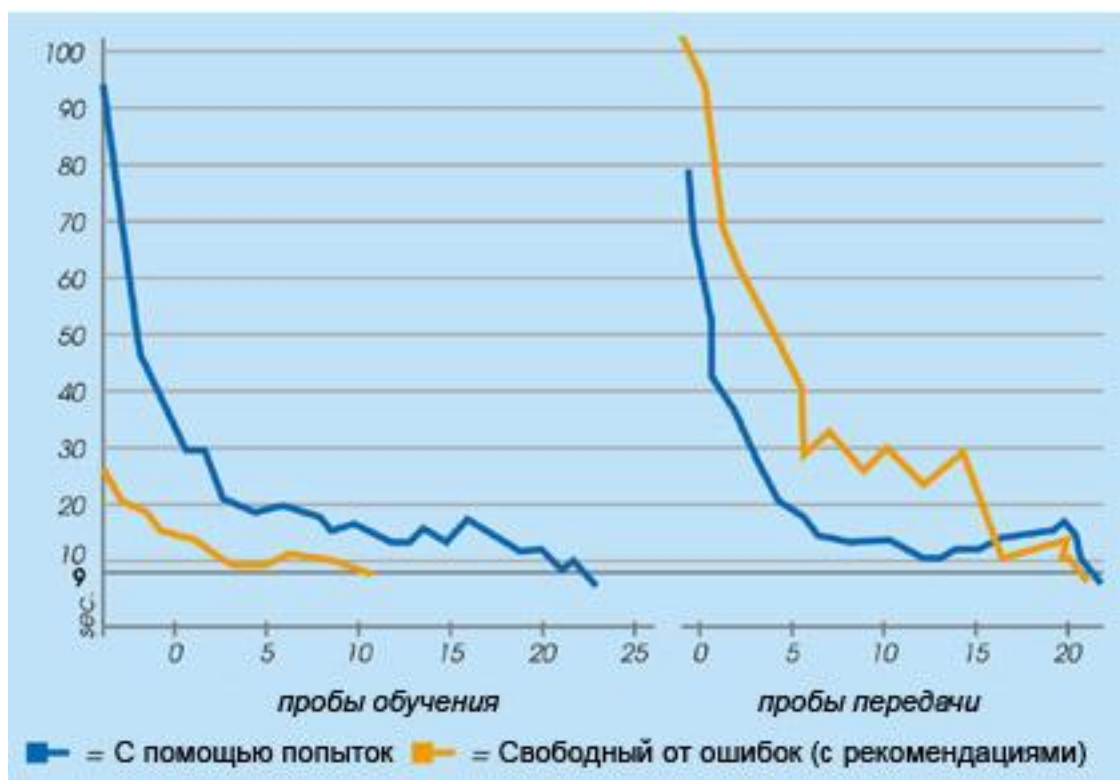


График 25 – Сравнение эффективности направленного обучения и обучения с помощью проб относительно приобретения и передачи знаний (Синджер и Гайнес, 1975 г. Д Оттавио, 1994 г.)

- использование метода *решения задач* приводит к значительному улучшению субъектов с существенным пробелом в области техники, но также происходит значительный рост детей уже владеющих техникой.

Наш опыт частично подтверждает изучения Синджера в том, что использование наиболее непосредственных методов, несомненно, приводит к большему успеху в плане уменьшения времени, однако оно может привести к остановке или создать препятствие в ситуациях, когда ученик собирается решать необычные и неожиданные задачи.

Практика, когда ученик вовлекается в планирование личных творческих способностей и активно участвует, предоставляет большие выразительные возможности и, следовательно, большой потенциал к адаптации. Это также подтверждено нашим последующим опытом: работа два раза в неделю с группой 9-10-летних детей в течение примерно четырех месяцев; использовалась дидактическая единица с применением исключительно методов, предусматривающих решение задач. Дидактическое планирование предусматривало, что по завершении этого первого цикла обучения ученики должны были играть только матчи *7 против 7*, не считая другие упражнения и игровые ситуации подготовительного характера. Затем мы пригласили некоторые общества провести дружеские встречи с нашими представителями, играя *11 против 11*. Как только была объяснена новая численная постановка игры и различные тактические возможности, наши дети, которых в течение первых пяти минут превосходили из-за очевидной адаптации, затем играли так, как будто они всегда играли в составе 11 человек, что подтверждает наш начальный экспериментальный замысел.

Для контроля хода дидактической программы, следуя временной логике, мы подразделили весь период (спортивный год) на три *этапа или дидактических периода*, что позволило нам достичь определенных промежуточных задач.

4.2.1. ОПЕРАТИВНЫЕ ПРАКТИЧЕСКИЕ И СТРАТЕГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ



Задачей любого тренера является выявление (исправление и оценка) результата каждого действия или движения ученика, так как улучшение наступает через осознание успехов и неудач.

Первым вопросом, который должен поставить тренер, является вопрос, когда он должен вмешаться. Зная, что юный футболист в определенном упражнении совершает ошибку, и во избежание этого в последующем, мы приводим рациональную последовательность:

1. наблюдение и определение ошибки;
2. принятие решения вмешиваться или нет (качество ошибки, ее важность для цели обучения движения) в зависимости от уровня юного футболиста и личных характеристик парня (медленный в обучении, робкий и т.д.).

В случае принятия решения о вмешательстве:

- a) поддержать усердие по исправлению упражнения;
- b) использовать особое техническое наставление по исправлению;
- c) наблюдать за повторением упражнения;
- d) с помощью определенной методики наблюдать за парнем: идет ли речь об инстинктивной реакции или же движение было выучено;
- e) наблюдать в обоих случаях, как мальчик реагирует на вмешательство.

Мы хотим еще раз подчеркнуть, что для любого обучения важным является понимание того, что произошло, то есть необходимо добиваться обратной связи (чувственная реакция, моторное восприятие выполненного действия).

Определенные характеристики не улучшаются без обратной связи.

Вторым способом вмешательства является совет тренера, как выйти из конкретной ситуации, служащий началом дидактической последовательности.

Существует три момента:

1. иллюстрация, объяснение, показ ситуации; позаботиться, чтобы задача была хорошо понята;
2. «наблюдение за ходом», стараясь уточнить: существующие проблемы связаны с личными или коллективными недостатками, или же и с теми и другими; их причины, и зависят ли они от технических, межличностных или эмоциональных проблем;
3. «вмешательство», разъясняя посредством оценки юных футболистов их проблемы, привлекая различные модели, анализируя стратегию и, в конце концов, меняя ситуацию, чтобы заново дать ход измененной ситуации.

Первым принципом является тот, которому должен следовать каждый тренер, то есть: озаглавить любое рабочее предложение, указав начало каждой тренировки: «сегодня будем делать»; мы установили, что простой заголовок более чем в два раза увеличивает понятие темы.

Дидактическая задача тренера начинается с объяснения конкретной ситуации, которая должна быть преодолена во время тренировки. Часто применяемыми средствами являются: пример и устное объяснение, или их сочетание. Мы считаем, необходимо уточнить, что:

Смотреть - не означает наблюдать: необходимо, чтобы каждый тренер указывал юным футболистам «за чем наблюдать» и показывал, в соответствии с уровнем, только важные вещи. Выполнение должно быть сначала в правильном темпе, затем медленнее.

Говорить - не означает объяснять: если тренер использует в качестве дидактического средства речь, то он должен просто, но точно, выделить задачу.

Если он показывает и объясняет одновременно: он должен думать, особенно о речевой части, составляя краткие предложения с простыми задачами. Хотя на практике было замечено, что в этих ситуациях речевое объяснение «всегда неполно и неточно».

При «ошибочном выполнении» движения каким-либо юным футболистом тренер должен подумать, что это может быть ошибкой общения, и позаботиться о том, чтобы немедленно изменить подход. Например: у юноши не получается правильно выполнять движение руками при остановке мяча грудью. После того как тренер посмотрел движение и объяснил его, он понял, возможностью добиться успеха для ученика становится изменение стратегии подхода; сейчас он должен «прочувствовать» точное движение, делая его медленно (мышечно-чувствительный подход).

Принципом увеличения чувствительности является принцип вмешательства путем вовлечения заинтересованных суставов (осозательное вмешательство). Существует практика, когда на начальных этапах обучения используется следующий способ: заставить почувствовать заинтересованную зону посредством контакта с мячом (например, точная точка внутренней части стопы в случае особого удара; руки, чтобы подготовить хват вратаря). Это примеры применения осознания для достижения обучению движения. Двигаясь как маятник, раскрепощенная нога заставляет чувствовать движение, - это касается бедер и т.д.

Всегда определяющим для обучения является климат, существующий в группе: если он положительный, то становится важным союзником в передаче информации между тренером - учениками и учениками - учениками, если он отрицательный, то превращается в препятствие.

Карузо в своих исследованиях, проведенных в 1980 г., привел два типа тренировок, описав факторы, создающие «эмоциональный климат».

- первый пример требует определения: активно проводимый урок с эмоционально теплым климатом.
- второй пример, наоборот, является уроком, где преобладает скука и незаинтересованность (эмоционально холодный климат).

Реакцией ребят в первом примере является участие, во втором – отчужденность. Анализируя содержание и разнообразие, можно утверждать, что ни новшества, ни показ (они мало заметны) не определяют изменение климата, а только участие, мотивация к обучению, поощрение. Тренировка, имеющая характеристики, описанные в первом примере, является определенным опытом, при котором спортивная деятельность становится важной и интересной переживаемой причиной. Во втором случае, опыт теряет значение и, раньше или позже, он будет забыт.

Как слова, так и безмолвие имеют значение послания: влияет и то, и другое, и в некоторых случаях могут не ответить на данные сообщения. Одна информационная единица называется посланием. Каждое послание содержит известие или команду. Пример послания: «важно, чтобы ты прыгал на ноге»; или «прыгай на ноге». Это два предложения, передающие одну и ту же информацию, однако с помощью двух разных команд.

Любое отношение между тренером и юным футболистом изменяется в соответствии с процентным содержанием между известием и командой; любое изменение в послании предопределяет изменение в отношении. Например, в первом случае я тебя информирую, как ты должен производить удар, в то время как во втором, я тебе говорю, что ты должен делать.

В стратегии отношений между тренером – группой и тренером - командой постановка вопроса также определяет, как специалист будет общаться с ребятами.

В качестве примера определим два типа.

Авторитарный тренер: в постановке вопроса присутствует речь (кроме тела), навязывающая определенный вид отношений, в которых изобилуют команды по отношению к информации. Отношения в группе организованы формально.

Отношения не предусматривают возможности понимания ошибок, если что-то не работает (команда проигрывает), вина всегда других (судья, игрок X или Y, невезение); однако даже во время тренировки, если парень не развивается, вина за это всегда без сомнения лежит на парне. Граница этого вида отношений заканчивается тем, что все менее постоянно приходит успех, сил победить внешнего врага не слишком достаточно, таким образом, отношения заканчиваются и авторитет подвергается сомнению. Однако мы должны сказать, что если все идет хорошо, поставленные задачи решаются легко.

Авторитетный тренер: в устных сообщениях информация преобладает над командами. Он должен уметь доказать свою компетентность, так как в группе могут возникнуть конфликтные ситуации и беспорядки, более кажущиеся, чем значимые, так как отношения менее формальны. Учитывая важность установки «учить думая», отношения, при которых личность не зажимаются «тренером-хозяином», определяют на долгое время высокие результаты.



Стратегией, облегчающей отношения между тренером и юными футболистами, является:

- создать условия, позволяющие вмешиваться (никогда не находиться в ситуации, имея только одно решение);
- никогда не давать оценки;
- никогда не классифицировать.

То есть, не говорить: «ты должен сделать так и basta», а «считаю, что ты должен сделать так»; не говорить «ты ничего не понимаешь», а «ты должен бы сделать...»; не говорить «смотри на других, не видишь, какие они молодцы», а «хорошо, тогда постарайся избегать...».

Задача тренера не исчерпывается заботой о том, чтобы подать информацию как можно лучше. Действительно, недостаточно дать правильный стимул, так как это приведет к изменению, но менее всего к изменению в желаемом направлении.

Предложения должны быть подходящими, и тренер замечает это из ответов юных футболистов. В плане «тренировки» предложения по обучению определенного движения дозируются ответами учеников.

Однако предложения важны и их соответствие является определяющим: дидактическое вмешательство (**исправление**) является не эффективным, если требования не отвечают уровню обучения.

Например, когда юноша учится бить внешней стороной стопы, мы не можем одновременно требовать точности удара. Каждый этап подготовки имеет свои характеристики.

Эти две концепции представляют собой важные педагогические принципы, которые должны постоянно характеризовать дидактическое планирование для детей футбольной школы, особенно для детей от 6 до 9-10 лет.

Они подчеркивают, что ученик должен расширять как можно больше свои собственные базовые знания движений, стараясь количественно и качественно обогатить недостаточный потенциал опыта, которым может располагать ребенок 6-7 лет. Дидактические принципы *многоцелевого характера и многосторонности* должны пониматься применительно к нагрузке деятельности, которой подвергаются дети.

Поэтому даже занимаясь моторной деятельностью, использующей действия игры в футбол, тренер должен не упускать из вида два этих аспекта.

Многоцелевой характер означает, что деятельность должна адаптироваться таким образом, чтобы заинтересовывать различные сферы развития личности индивидуума:

- умственно-социальную сферу;
- морфо-функциональную сферу;
- моторную сферу.

Из чего вытекает, что основная предпосылка для вовлечения ученика представляет собой многонаправленную валентность, согласно которой содержание уроков должно избираться в зависимости от развития трех вышеуказанных сфер, и для этого обучающим должны использоваться наиболее подходящие методики.

Многосторонность, в отличие от односторонности, является принципом, согласно которому физическая деятельность не должна ограничиваться особенностями, присутствующими в одном только виде спорта, а с целью улучшения общих моторных способностей необходимо использовать движения и действия других спортивных дисциплин.

Только действуя таким образом, ученики смогут развить большинство своих моторных способностей; организовать обширную гамму базовых моторных схем, как статических, так и динамических; постоянно развивать и снова применять схемы тела (в зависимости от морфологического развития); укреплять функциональное превосходство одной стороны тела над другой даже в отношении построения способности двуправорукости.

А сейчас настало время подчеркнуть, что футбол на этапе спортивной подготовки является только одним из многих средств достижения этих целей, подготовка особых умений уходит на второй план (11 – 12 лет) и только, оставаясь в резерве моторного опыта, они имеют богатую возможность развития.

4.2.2. ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ МЕТОД (PROBLEM SOLVING)



Учитывая особый характер развития игровых действий, процесс подготовки юных футболистов должен, без сомнения, основываться на этом характере: на постоянной изменчивости ситуаций, взаимозависимости между индивидуальными действиями и действиями других членов команды и переменчивости совокупного контекста.

Значимыми элементами, применяемыми в обучении тактике, являются:

- способность воспринимать и собирать информацию (выборочное внимание);
- способность понимания игры (и разработка программы);
- способность выбора (принятия решения) и выполнения.

Игра является лучшим средством, способствующим пониманию футбола, развитию тактического мышления и обучению игре в сотрудничестве (смотри Таблицу 26).

Как видно из вышесказанного, в тактическом обучении решающим является познавательное вовлечение учеников процесс, при котором они сами становятся главными фигурами своего обучения. Например, действие тренера состоит из следующих элементов:

- он предлагает определенную ситуацию игры или игру с определенной задачей, ученики начинают поиск наиболее подходящего решения;
- стимулирует поиск наиболее близкого решения;
- ставит вопросы для сосредоточения поиска в одном определенном направлении: «что ты видел?», «что ты будешь теперь делать?»;
- наблюдает за поведением ребят и вмешивается с новыми обдуманными вопросами: «почему?», «как?», «когда?», «ты понял?»;

- побуждает к поиску других решений: «что еще можно было сделать?», «какое еще препятствие можно было создать для противника?»;
- подчеркивает частичные успехи отдельных игроков.

Таким образом, становится очевидным, что тренер осуществляет деятельность, облегчающую поиск решения, но не предоставляя его напрямую.

Для того чтобы игрок мог перейти к инстинктивной или преднамеренной и организованной игре, мы должны постоянно требовать от него анализа, разработки и понимания различного значения разнообразных элементов игры. На самом деле запоминание конечного этапа моторного действия, отдельно от анализа трудностей, с которыми столкнулся игрок, не будет по настоящему эффективным, так как указанный субъект не в состоянии осознать значимые аспекты игры.

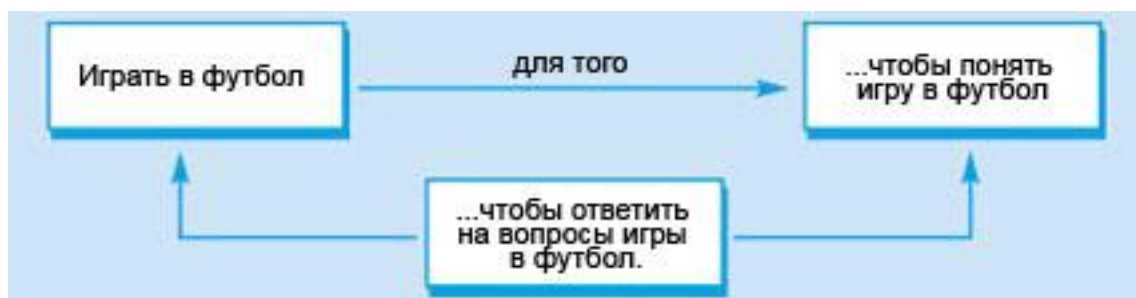


Таблица 26 – Игра служит для обеспечения понимания и развития тактического мышления.

Если наши ученики не сумеют понять игру во время тренировки, их усилие по запоминанию будет направлено на техническое движение. Если тренер хочет, чтобы его ученики ускорили свою игру, в течение тренировок необходимо делать акцент на быстроту восприятия, понимания и принятия решения.



Еще раз хотим подтвердить, что свобода выбора способствует взрослению юного футболиста и определяет процессы, происходящие с ним. Парень, который не думает или ограничивается исполнением указаний своего тренера без их собственной умственной обработки, не сможет в полной степени выразить свой тактический потенциал, и станет, в худшем из случаев, сильно скованным.

Применение такой методики в значительной степени явится стимулом для юного футболиста: быть спокойным и безмятежным при встрече с новыми трудностями, верить в свои силы, иметь сильный дух инициативы, полностью войти в динамику игры и не бояться совершить ошибки.

4.3. МЫ МОЛОДЦЫ ИЛИ ОНИ МОЛОДЦЫ? ЭТО МЫ ОПРЕДЕЛЯЕМ, НАБЛЮДАЯ И ОЦЕНИВАЯ.



Прежде всего, необходимо определить, что понимается под оценкой в целом и какие существуют синонимы, часто неточно применяемые для ее описания. Под оценкой понимается «организованный процесс, который на основе факторов, составляющих характеристики футболиста, пытается определить индивидуальные уровни мощности, ход обучения посредством контроля программы, конечных результатов». Из этого определения вытекает, что оценка, в ее общем значении, является основным инструментом исследования начальных способностей каждого ученика с целью определения рамок развития его характеристик. Она позволяет определить дидактические задачи на короткий, средний и долгий период времени и проверять исследуемую психофизическую адаптацию; иначе говоря, позволяет контролировать «в движении» действенность дидактической организации, высказывая замечания на основе достигнутых результатов. Процесс оценки является существенной помощью для обучающего тренера, так как позволяет определить, приобретает ли тренировка различных способностей и умений планируемые параметры и подвержены ли определенные характеристики конкретным возможностям развития. На практике оценка выполняет две основные функции: диагноза и прогноза.

Диагноз проводится в отношении условий окружающей среды, основываясь на нем, строятся планы работы определенного цикла. Прогноз определяет будущий потенциал; следовательно, строится диагноз возможностей характеристик на долгий период времени, опираясь на указания и исходные данные, а также метод выбора таланта. По этому поводу следует напомнить, что определенный субъект имеет генетические характеристики (проявляющиеся в деятельности), передающиеся наследственным путем от родителей и представляющие собой персональную схему, присущую ему структуру, на которую воздействует внешняя среда. Под внешней средой в этом случае, кроме свойств опыта и случайных свойств, которым каждый индивид подвергается в течение своей жизни, понимается также вмешательство обучающего, который может стимулировать определенные качества или не оказывать на них отрицательного воздействия, создавая инволюционные предпосылки. Некоторые авторы (Филиппович, Туревски) посредством тщательного анализа моторной организации определили следующие рамки «до 10-11 лет в ребенке можно только предчувствовать его настоящие склонности к определенному виду спорта, однако невозможно предвидеть это с достаточной степенью достоверности, даже опираясь на научные расчеты».

Согласно другим авторам (Надори, Вендланд), решение проблемы находится «в анализе коэффициента роста в течение 3-4 лет деятельности». В соответствии с этими утверждениями методики, рассматриваемые при выборе таланта до конца развития до полового созревания, просто преобразуются в «спортивную ориентацию», которая на практике подтверждает предрасположенность к определенному виду спорта больше, чем к другим. Возвращаясь к проблемам, связанным с оценкой моторной деятельности, можно определить три момента процесса, взаимосвязанных между собой, которые обеспечивают контроль отношения преподавание - познание (смотри таблицу 27, А. Диспенца, 1992 г., Д Оттавио, 1994г.).

Кроме того, необходимо напомнить, перед тем как перейти к специфическим особенностям, требуемых футболом, что, существует, по крайней мере, два типа оценки: субъективная и объективная.

Оценка	Измерение	Проверка
<ul style="list-style-type: none"> ● выражение заключения по результатам процесса обучения ● трудности в 	<ul style="list-style-type: none"> ● количественная оценка степени усвоения, уровня способностей, умений ● сбор данных, сумма баллов 	<ul style="list-style-type: none"> ● сбор информационных данных о достигнутом учениками уровне относительно

<p>окончательном заключении объективной оценки</p> <ul style="list-style-type: none"> ● выражается посредством: баллов-заключений 	<ul style="list-style-type: none"> ● необходима максимальная объективность, так как измерение основано на присвоении баллов и заключений 	<p>установленных задач</p> <ul style="list-style-type: none"> ● действия контроля по постепенно приобретаемому уровню, связанному с выполненной работой (выявить достигнутый уровень для определения типа продолжения подготовки)
--	---	--

Таблица 27 – А. Диспенца, 1992 г., Д Оттавио, 1994 г.

Субъективная является процессом, при котором происходит оценка посредством не кодируемых методов, зависящих от обучающего, его опыта и аналитических способностей: это вид оценки, основанный на нестандартных критериях, определяющих определенное непостоянство результатов, которое, в свою очередь, определяется различными факторами. Вторая основывается на методах, признающих получение идентичных, независимо от лица, осуществляющего испытания, и повторяющихся результатов в любой момент и при тех же самых условиях. Эта оценка основывается в основном на измерениях и особых тестах, разработанных для исследования параметров уже установленных характеристик (таблица 28).

<p>Общие цели оценки</p> <ul style="list-style-type: none"> ● определить недостатки и склонности каждого ● направлять последовательность дидактического вмешательства ● в случае необходимости организовывать группы по одинаковому уровню ● проверять эффективность определенной программы ● стимулировать темп роста определенных качеств ● заинтересовывать ● прогнозировать немедленные и будущие способности

Таблица 28 – Общие задачи оценки, Карбонаро, Маделла, Манно, Мерни, Мусино, Д Оттавио, 1994 г.

4.3.1. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ



Любая деятельность, как спортивная, так и носящая другой характер, организованная по определенному разработанному плану, направленному на достижение конкретных задач, требует проверки, как об этом уже говорилось ранее, если теоретически предполагаемые результаты не были достигнуты реально.

Такой порядок контроля требует применения особых измерительных инструментов (средств), которые можно использовать, как в движении, во время осуществления программы, так и при завершении подготовки (тренировки). Основываясь на этом вводном заключении, легко догадаться, что перед тем как начинать оценивать, необходимо задержаться, чтобы обозначить программу работы, временные циклы для выполнения задач и соответствующее содержание, которое необходимо использовать на практике. Такая формулировка годовой программы, определяющая нагрузку деятельности и относительные этапы ее осуществления, требует определенного мониторинга, связанного с ходом ее выполнения. Другими словами, использование теста,

позволяющего исследовать периоды подготовки или развития, предшествует выдаче контрольных оценок.

Является очевидным, что если в начале года (например, в ноябре) было недостаточно проверено качество организации процессов познания в игровых, более или менее сложных, ситуациях, то в высшей степени неправильно было бы тестировать некоторые технико-координационные или физические качества по окончании спортивного сезона, так как дидактические стимулы, даже если они направлялись правильно, должны были заложить не только качественный рост умений, но также его определенную устойчивость (длительность) в течение всего периода деятельности.

Для того чтобы выбранный и выполненный тест являлся полезным в выставлении оценки, он должен отвечать принципам убедительности, достоверности, объективности, стандартизации.

- убедительность теста касается того, что именно измеряется тестом и с какой точностью, что составляет прямой и объективный контроль, при котором тест выполняет присущие ему функции. Другими словами, тест можно считать действенным, если измерения того, что было предусмотрено, были проведены как можно более тщательно.
- Под достоверностью теста подразумевается возможность получить у того же самого субъекта при тех же самых условиях одинаковый результат. Если, например, юноша получил одинаковые результаты при последующих испытаниях, тест, предложенный ему, должен быть гарантированно достоверен.
- Объективность теста означает, в какой степени тренер или специалист могут повлиять на результат самого теста.
- Эти характеристики часто даются предварительно на основе подробных анализов, составляющих процесс стандартизации теста. Стандартизация, кроме вышеуказанных необходимых условий, обязательно включает единообразие процедур при выдаче теста и при определении баллов.

Таблица 16 – Принципы тестирования – Д Оттавио С., Документы курса высшего специального образования по спортивным наукам и технике, (Университет Тор Вергата, Рим 2003 г.)

Кроме того, напоминаем, что для определенного периода развития некоторые тесты, выбранные на основе технико-функционального момента, должны оставаться без изменений. Это было определено посредством сравнения различных характеристик, будь то достигнутый успех, или изменения, связанные с биологическим ростом. Однако динамика, с которой в юном возрасте изменяются определенные показатели созревания, требует на некоторых этапах подготовки различного выбора оценки.



Этот аспект в большей степени касается развития условных способностей (например, периода от начала полового созревания до его завершения). В любом случае верно, что созревание нервной системы и связанных с ней умственных и сенсорных процессов, требует различного оценочного вмешательства, так как оно затрагивает развитие технико-тактических умений.

Рабочие характеристики футболиста, будь то юный спортсмен или взрослый, складываются из оптимального сочетания трех основных факторов: тактического, технического и физического.

Действия футболиста, ведет ли он с мяч, или участвует в игре, стараясь завладеть им, всегда являются продуктом выражения этих трех факторов, которые различным образом, в зависимости от ситуации, вмешиваются в определение успеха или неудачи игры.

Каждый из трех представленных факторов можно оценить отдельно или в сочетании с двумя другими факторами. Эта последняя возможность представляет собой желание выделить общие составляющие, образующие картину характеристик футболиста. Тактический фактор можно оценить в соревновании или во время тренировок, воспроизводящих действия игры, используя как качественные, так и количественные методы.

Техническое умение футболиста обычно больше оценивается на тренировках, однако можно составить о нем мнение также и во время соревнования. Для этого аспекта также можно использовать как качественный, так и количественный метод. И наоборот, физические качества, в отличие от других, легче всего можно протестировать во время соревнования и тренировки посредством сбора объективных данных (качественный метод).

Оставив в стороне оценку тактических аспектов, понимаемых в прямом смысле термина, займемся рассмотрением вопроса, касающегося занятий взрослых. Техника футболиста зависит от различных условий и определенных моделей, основанных на принципах экономности, биомеханических законов и эффективности выполняемого движения.

Координационные и условные способности, а также относительная субъективная готовность способствуют в достижении результата выполнения определенного движения во время более или менее сложной игры.

Оценивая этот вид деятельности, тренер может следовать двумя путями:

1. контролировать выполнение технического действия, стараясь определить элементы несоответствия с указанной теоретической моделью (например, положение ног, туловища, повороты таза), попутно исправляя, выражая мнение и предлагая соответствующее дидактическое решение;
2. контролировать функциональность, с которой выполняется техническое движение (принцип эффективности), то есть, выполнена ли задача теста или действия игры.

В футболе не следует пренебрегать особенностями, описанными в пункте 1, и производить оценку достигнутого результата без взаимосвязи с требованиями и особыми способностями. Любое техническое исполнение должно учитывать требования точности и быстроты. Противодействие противнику в таком виде спорта, как футбол, влияет на форму выполнения движения, побуждает игрока к постоянному прессингу в течение определенного отрезка времени, негативно влияющему на желаемую точность.

В заключение хотим сказать следующее: один игрок хорош в сравнении с другим, если он получает преимущество в выполнении своей роли и такая возможность появляется, если:

- решение, выработанное в контексте игры, связано с ситуацией (эффективный технический замысел);
- движения, перемещения и технические действия выполняются быстро;
- выполняемое действие является точным и имеет требуемую эффективность.

При Федеральной Футбольной Школе Аккуачетоза Рима в спортивном сезоне 1992 – 1993 гг. мы провели исследование, касающееся футбольной моторной оценки детей

от 6 до 12 лет. Предусматривалось, что, принимая во внимание некоторые связи между различными параметрами действия или особого движения, включающие мыслительные процессы, можно провести сложную объективную оценку, содержащую достоверные данные. В результате были определены три основные связи, практически воспроизводимые в упражнениях тестах.

4.3.2. ТЕХНИКО-ОЦЕНОЧНЫЙ ПРОТОКОЛ

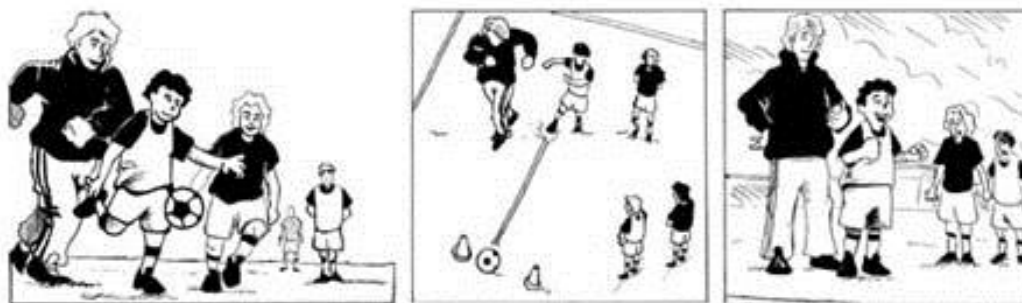


В организации процесса оценки были рассмотрены четыре общих моторных поведения: бег, удар, прием, перемещение, сравнивая каждое из них с двумя основными факторами моторных способностей, точностью и быстротой. Эти два проявления движения во время практической деятельности часто нарушаются. Очевидно, что если ученику необходимо выполнить точную задачу, то он должен через силу контролировать свою импульсивность (скорость исполнения). И, наоборот, упражнения, требующие определенного времени выполнения (например, эстафета с оговоренным маршрутом), могут привести ребенка к большим ошибкам в плане точности и моторного контроля. Таким образом, наш экспериментальный протокол определяет три связи и, соответственно, три группы упражнений-тестов, содержащих такие задания:

1. Точность;
2. Быстрота и точность;
3. Быстрота и точность в присутствии противника.

Сколько заданий необходимо выполнить ребенку во время выполнения упражнений-тестов? Например:

- Сколько раз он достиг ...?
- Сколько времени он затратил на...?
- В предварительно определенное время, сколько раз он достиг...?



Касаясь третьего пункта, связанного с присутствием противника, то там также оценивается: когда, где и что, то есть, относительно времени, направления и выбранной учеником техники выполнения упражнения.

Важно подчеркнуть, что при выставлении оценки никогда не учитывали, каким образом решается определенное задание. Очевидно эта особенность, относящаяся к правильному техническому выполнению движения, как с точки зрения эстетики, так и эргономики, может оцениваться в футболе только с помощью субъективного метода и качественными параметрами.

Экспериментальный протокол, разделенный по возрастным этапам, определяет 48 упражнений – тестов, которые после первого анализа результатов не противоречат субъективным методам (качественным) оценки. Они позволяют анализировать с большей специфичностью некоторые особенности моторных способностей футболиста, которые

другим образом проверить не легко. Так даже у высоко технически одаренных учеников, мы смогли выделить способности к улучшению, касающиеся определенного технического поведения, основанного на одной из трех связей, что дает реальную возможность для анализа и направленного вмешательства, используя объективные показатели. На следующих страницах мы приводим некоторые примеры упражнений – тестов (смотри рисунки от 33 до 55 включительно Д Оттавио, Федеральная Футбольная школа, 1994 г.).

Что касается мускульной биоэнергетической и механической поддержки характеристик футболиста, то среди тренеров базовой юношеской категории нет большой привычки организовывать тренировки или встречи, специально посвященные наблюдению за этими физическими качествами. Это поведение часто оправдано нехваткой времени и, следовательно, в этом возрасте задачами исследования являются другие задачи, или, по крайней мере, на них направлен определенный приоритет.

Верно, что соответствующее развитие способностей позволяет развивать всесторонне характеристики, служащие или которые будут служить в будущем игре в футбол.

Некоторые из этих особых качеств, как например, быстрота реакции или высокая скорость, необходимо стимулировать в юном возрасте (6 – 12 лет) для того, чтобы достичь такого уровня развития (развитие – приспособляемость), который положительно повлиял бы в будущем на качества футболиста, а также потому, что они тесно связаны с техническими умениями. В любом случае, аэробная мощность, связанная с объемом и качеством уроков и тренировок, является качеством не вызывающим беспокойство, а наоборот, положительно влияющим на органичное развитие.

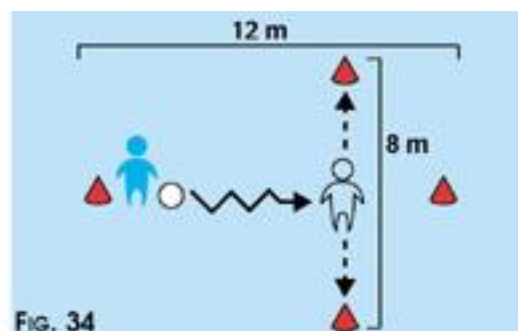
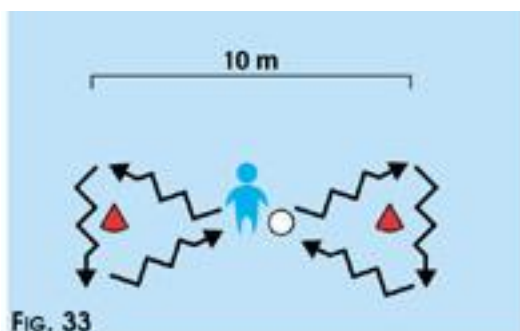


Рис. 33 - «Маленькие друзья» – ВЕДЕНИЕ МЯЧА ВОСЬМЕРКОЙ ПО ВРЕМЕНИ (описание 2). Учитывается величина пробега ученика, например, за минуту.

Рис. 34 – «Маленькие друзья» – ПРЯМОЛИНЕЙНОЕ ВЕДЕНИЕ МЯЧА ПРИ НАЛИЧИИ ПРОТИВНИКА (описание 3). Учитывается сколько раз ученик (например, из 5 попыток) сможет преодолеть противника, которому достаточно коснуться мяча (двигаясь по линии), чтобы упражнение закончилось.

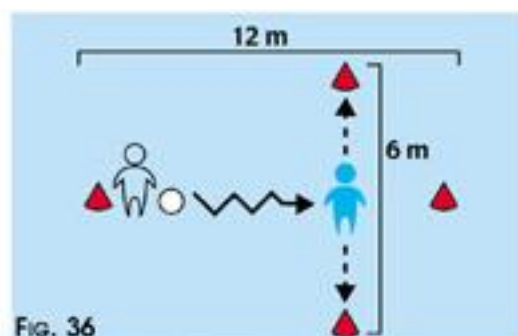
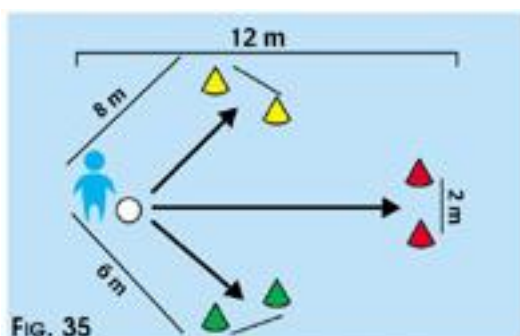


Рис. 35 – «Маленькие друзья» – ТРИ НЕБОЛЬШИХ ПОВОРОТА НА РАЗНОМ РАССТОЯНИИ И РАЗНОЕ КОЛИЧЕСТВО ОЧКОВ (описание 1). Учитывается общее количество очков. Проводить, например 9 попыток (три на каждые ворота).

Рис. 36 – «Маленькие друзья» – ПЕРЕХВАТ МЯЧА (описание 3). Учитывается сколько раз ученик (например, из 5 попыток) сможет коснуться мяча противника, пытающегося его преодолеть при ведении мяча (дриблинг).

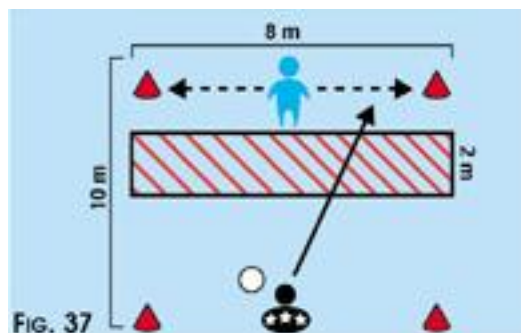


FIG. 37

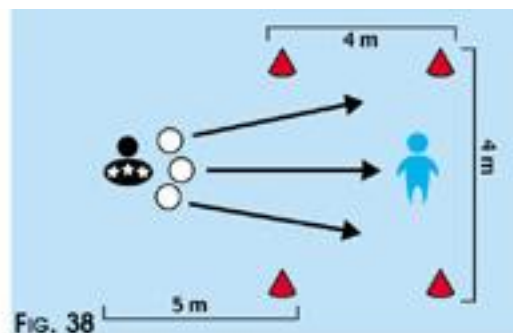


FIG. 38

Рис. 37 - «Маленькие друзья» – ПОЛУЧЕНИЕ МЯЧА ПРИ ЗАЩИТЕ БОЛЬШИХ ВОРОТ (описание 1). Учитывается количество остановленных мячей после 5 попыток. Обучающий бьет или пинает мяч, касающийся земли.

Рис. 38 – «Маленькие друзья» – ПРИЕМ ТРЕХ МЯЧЕЙ, НАПРАВЛЕННЫХ ОДНОВРЕМЕННО (или в быстрой последовательности) ТРЕНЕРОМ (описание 2). Учитывается количество остановленных мячей, например, из трех попыток. Тренер бросает мяч руками.

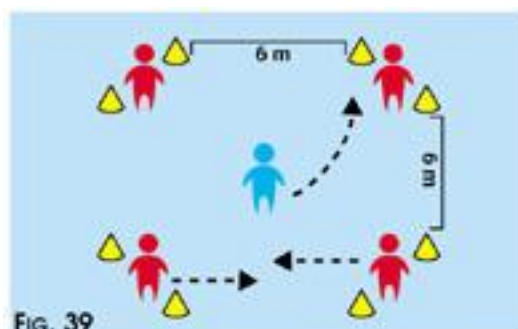


FIG. 39

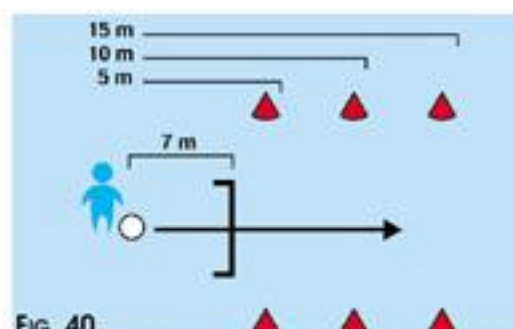


FIG. 40

Рис. 39 – «Маленькие друзья» – ЧЕТЫРЕ УГЛА (описание 3). Учитывается сколько раз, например, из 5 попыток, ученик смог занять свободное место во время перемещения других четырех учеников.

Рис. 40 – «Маленькие друзья» – УДАР ПО ВОРОТАМ, СТАРАЯСЬ ПОСЛАТЬ МЯЧ КАК МОЖНО ДАЛЬШЕ (описание 1). Учитывается как количество забитых голов, так и достигнутое мячом расстояние. Упражнение-тест можно проводить, например, с 3 попытками.

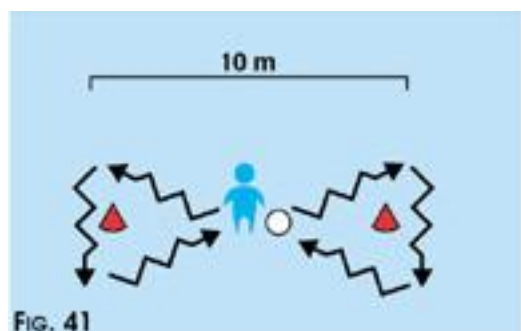


FIG. 41

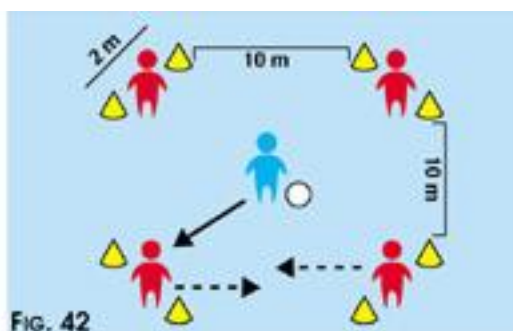


FIG. 42

Рис. 41 – «Малыши» – ВЕДЕНИЕ МЯЧА ВОСЬМЕРКОЙ (описание 1). Учитывается количество касаний, сделанных учеником. Например, из трех выполненных проходов, ученик, коснувшийся мяча меньшее число раз, является молодцом.

Рис 42 – «Малыши» – ЧЕТЫРЕ УГЛА, ЧЕТВЕРО ВОРОТ (С МЯЧОМ) (описание 3). Пинать мяч, направляя его в свободные от противника небольшие ворота, перемещающегося с изменением своего положения. Учитывать сколько раз он смог попасть в ворота из 5 попыток.

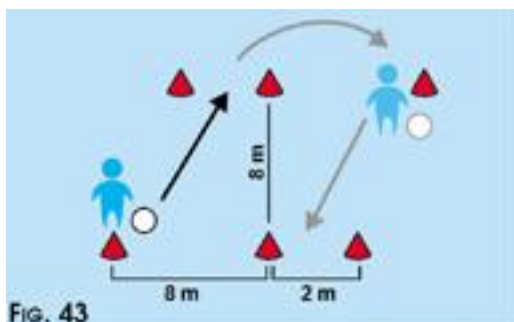


FIG. 43

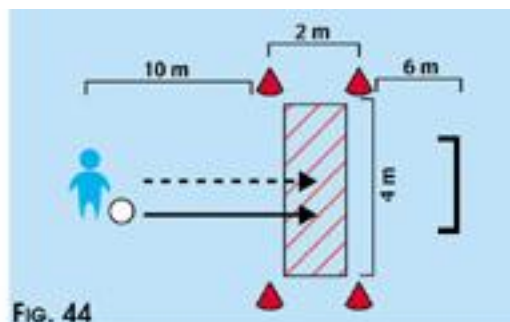


FIG. 44

Рис. 43 – «Малыши» – БИТЬ ПО МЯЧУ В ТЕЧЕНИЕ ОПРЕДЕЛЕННОГО ВРЕМЕНИ (описание 2). Бить по мячу, находясь между двумя диаметрально противоположными небольшими воротами, посылая мяч назад на исходную точку (диаметрально противоположную). Продолжительность 1 минута, учитывается успешное количество попыток.

Рис. 44 – «Малыши» – УДАР С ПАССОМ САМОМУ СЕБЕ (описание 2). Сразу же после удара, ученик бежит в предварительно обозначенную игровую зону, стараясь ударить из нее по воротам. Учитывается количество забитых голов, 5 попыток.

Независимо от того, идет ли речь о юношеских или взрослых соревнованиях любого уровня, физическую работу, которую выполняет футболист, можно представить в общих чертах как быстроту - скорость перемещений, техническое выполнение движений и готовность субъекта повторить требуемое игрой количество раз интенсивные действия и движения в течение всего матча.

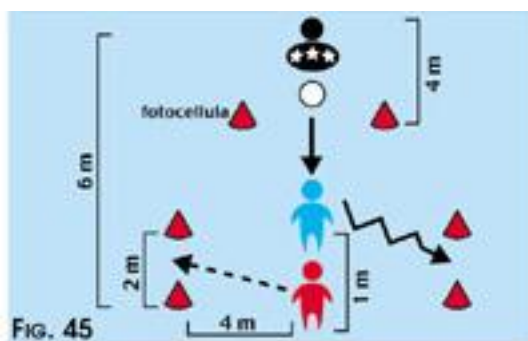


FIG. 45

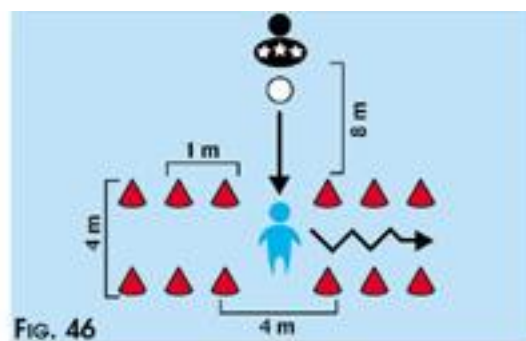


FIG. 46

Рис. 45 – «Малыши» – ПРЕОДОЛЕНИЕ ПРОТИВНИКА (описание 3). На этот раз, в отличие от предыдущего теста, оценивается парень, ведущий мяч (атакующий). Из 5 попыток учитывается число раз, когда атакующий смог преодолеть защитника. Касаясь наиболее маленьких ребят: расстояние, применяемое для преодоления, является очень ограниченным (6 м. против предыдущих 8 м.).

Рис. 46 – «Малыши» – ЧЕТЫРЕ УГЛА (описание 3). Все ученики с мячом: учитывается число раз, когда ученик смог провести мяч через оставшиеся свободными небольшие ворота при перемещении (изменении положения) других

четырёх учеников. Учитывать количество успешных попыток (ведение мяча через ворота) при 5 выполненных.

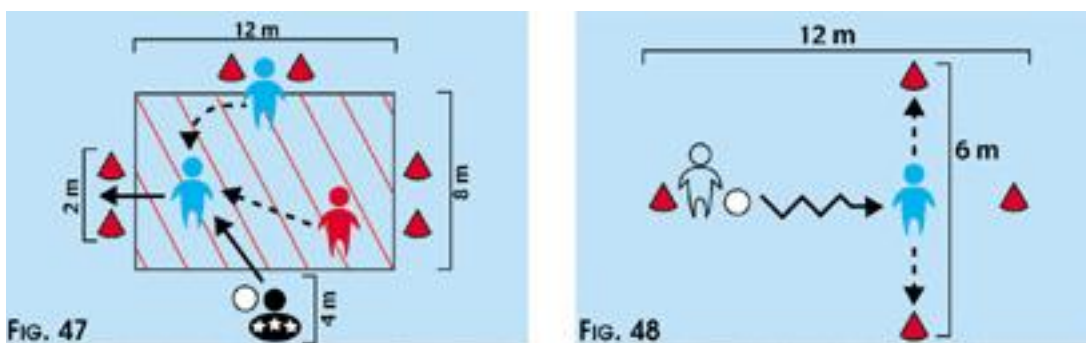


Рис. 47 – «Дебютанты» – ВЕДЕНИЕ МЯЧА ПО ДВОЙНОЙ ВОСЬМЕРКЕ НА ВРЕМЯ (описание 2). Учитывать количество проходов (полных), которые удалось выполнить за заранее определенное время (например, 2 минуты).

Рис. 48 – «Дебютанты» – УДАР С ПАССОМ САМОМУ СЕБЕ (описание 3). В отличие от предыдущего упражнения для младших учеников, пас самому себе производится при наличии защитника, преследующего того, кто должен бить по воротам. Учитывается количество голов, забитых в течение 5 попыток.

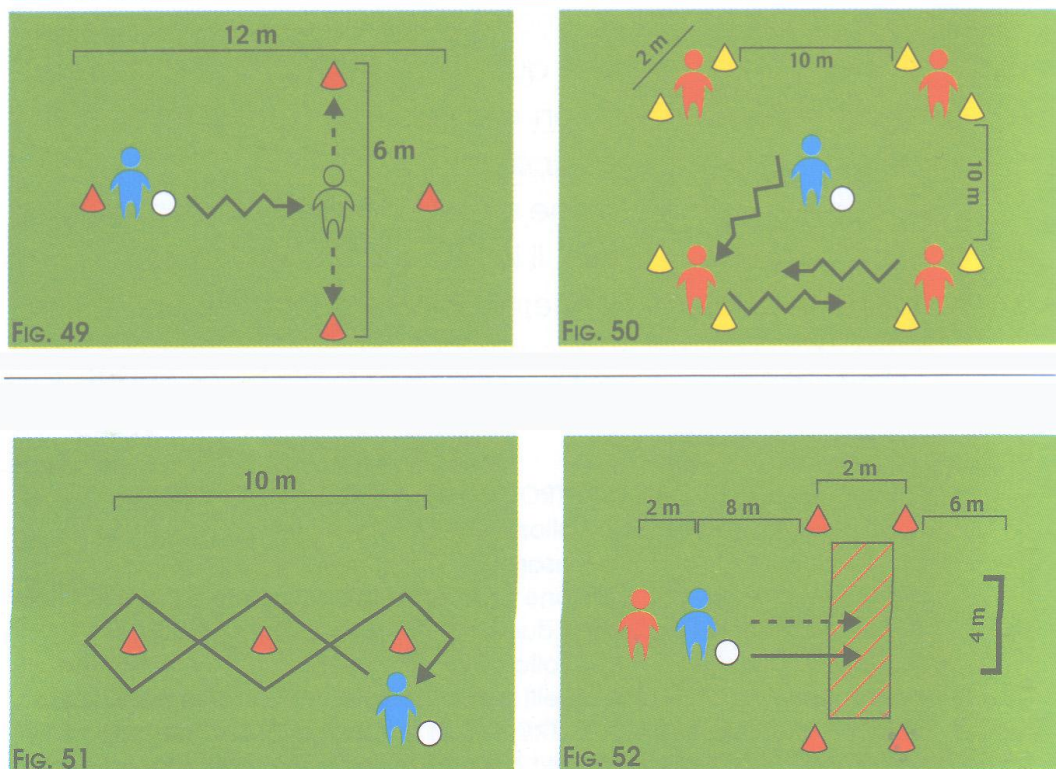


Рис. 49 – Малыши – ПРЕОДОЛЕНИЕ ПРОТИВНИКА (Описание 3). На этот раз, в отличие от предыдущего теста, оценивается парень, ведущий мяч (атакующий). Из 5 попыток учитывается количество раз, когда атакующий смог преодолеть защитника. Касательно наиболее маленьких ребят, расстояние, применяемое для преодоления, является очень ограниченным (6 м. против предыдущих 8 м.).

Рис. 50 – Малыши – ЧЕТЫРЕ УГЛА (Описание 3). Все ученики с мячом: учитывается количество раз, когда ученик смог провести мяч через оставшиеся свободными небольшие ворота при перемещении (изменении положения) других

четырёх учеников. Учитывать количество успешных попыток (ведение мяча через ворота) при 5 попытках.

Рис. 51 – Дебютанты – ВЕДЕНИЕ МЯЧА ПО ДВОЙНОЙ ВОСЬМЕРКЕ НА ВРЕМЯ (Описание 2). За заранее определенное время (например, 2 минуты) учитывать количество проходов (полных), которых удалось выполнить.

Рис. 52 – Дебютанты – УДАР С ПАССОМ САМОМУ СЕБЕ (описание 3). В отличие от предыдущего упражнения для младших учеников, пасс самому себе производится при наличии защитника, преследующего того, кто должен быть по воротам. Учитывается количество голов, забитых в течение 5 попыток.

Исходя из этого, программа подготовки – развития или тренировки, направленная на стимулирование органичной функциональности, развития нервно-мышечных качеств и процессов роста, должна предусматривать упражнения и содержание, позволяющие ученику проверить свою силу, выносливость и скорость. Эти физические качества, основные для построения любых спортивных характеристик, должны направляться с учетом особых требований футбола и момента развития. С энергетической точки зрения необходимо оставить особое место в общей картине факторам, обуславливающим физическое развитие.

В таблице 29 представлены тесты, применяемые в течение многих спортивных сезонов в Федеральной Школе Футбола г. Рима. Каждая величина располагается там, где она может оказать чувствительное влияние на одно или несколько совокупных физических качеств. Например, характеристика прыжка вверх (СМЖ), представляющая совокупное выражение силы-скорости в своем взрывном проявлении, на рисунке находится в промежуточном положении между зоной F (сила) и зоной V (скорость). В то время как три или пять повторных челночных проходов (15 x 2 м.), при отдыхе в 20 или 30 секунд между одним повторением и другим, размещаются между зоной V (скорость) и зоной R (выносливость).

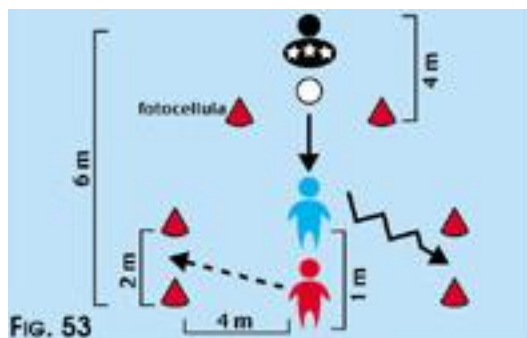


Fig. 53

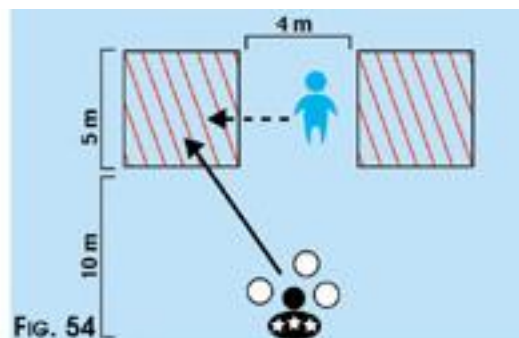


Fig. 54

Рис. 53 – «Дебютанты» – ПРИЕМ МЯЧА С КОНТРОЛЕМ ПРОТИВОПОЛОЖНОГО НАПРАВЛЕНИЯ (описание 3). Принять мяч и стараться занять покинутые защитником ворота (защитник начинает движение только тогда, когда мяч, посланный обучающим, преодолит линию соединения конусов фотоэлемента). После пяти попыток учитываются удачные (условие - между воротами). Касаясь упражнения, предложено младшим, то можно увеличить трудность, сократив ширину ворот.

Рис. 54 – «Дебютанты» – БЕГ И ОСТАНОВКА МЯЧА (описание 2). Получить мяч, находясь между двумя квадратами (смотри рисунок), чередуя правый и левый, затем вернуть мяч обучающему. Испытание ограничено временем: учитывается количество удачных остановок, например, за 1 минуту.

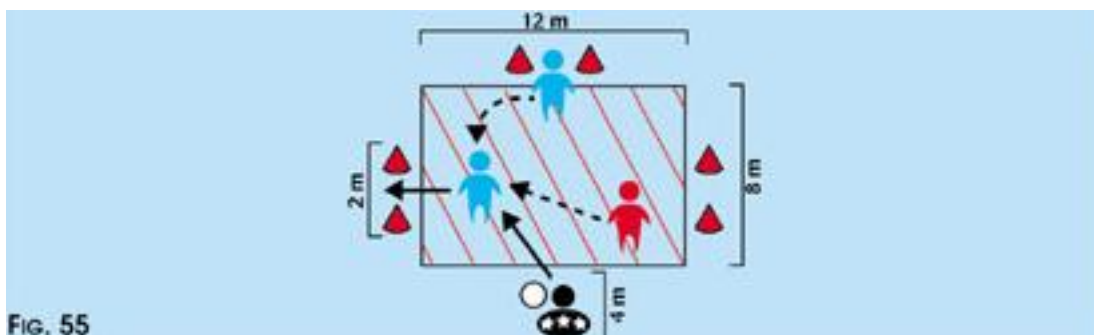


Fig. 55

Рис. 55 – «Дебютанты» – ОТОРВАТЬСЯ ОТ ПРОТИВНИКА И ЗАБИТЬ ГОЛ (описание 3). Оторваться от противника, получить мяч, посланный ногой обучающего, находящегося вне прямоугольника, и постараться забить гол в один из двух ворот, или вести мяч, избегая вмешательства противника. В отличие от предыдущего упражнения для младших учеников из 3 ворот остались 2. Учитывать голы, забитые из 5 попыток.

На графиках 26 и 27 представлена общая картина проведенных тестов, показывающая средние значения, полученные в течение одного определенного периода спортивного сезона.

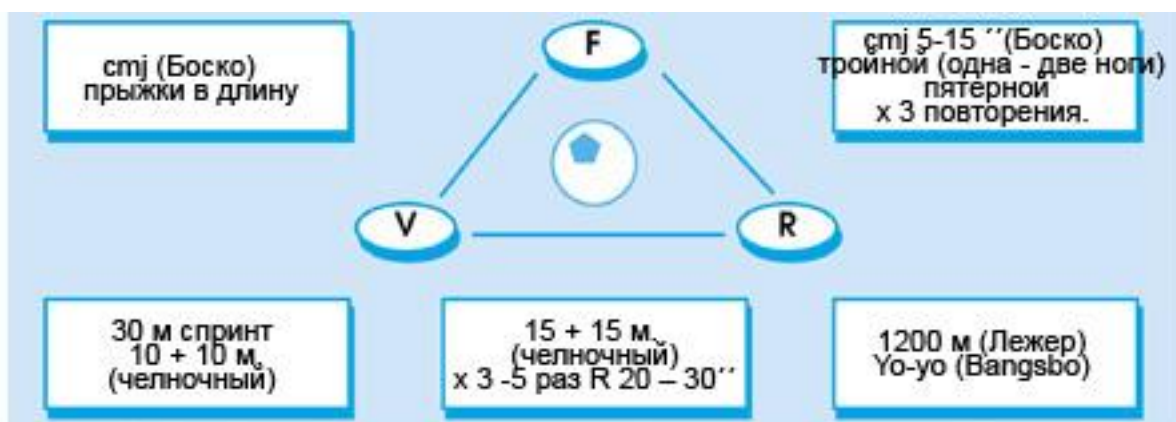


Таблица 29 – Физический тест, проведенный в Федеральной Футбольной Школе Рима (С. Д Оттавио, 1997 г.).

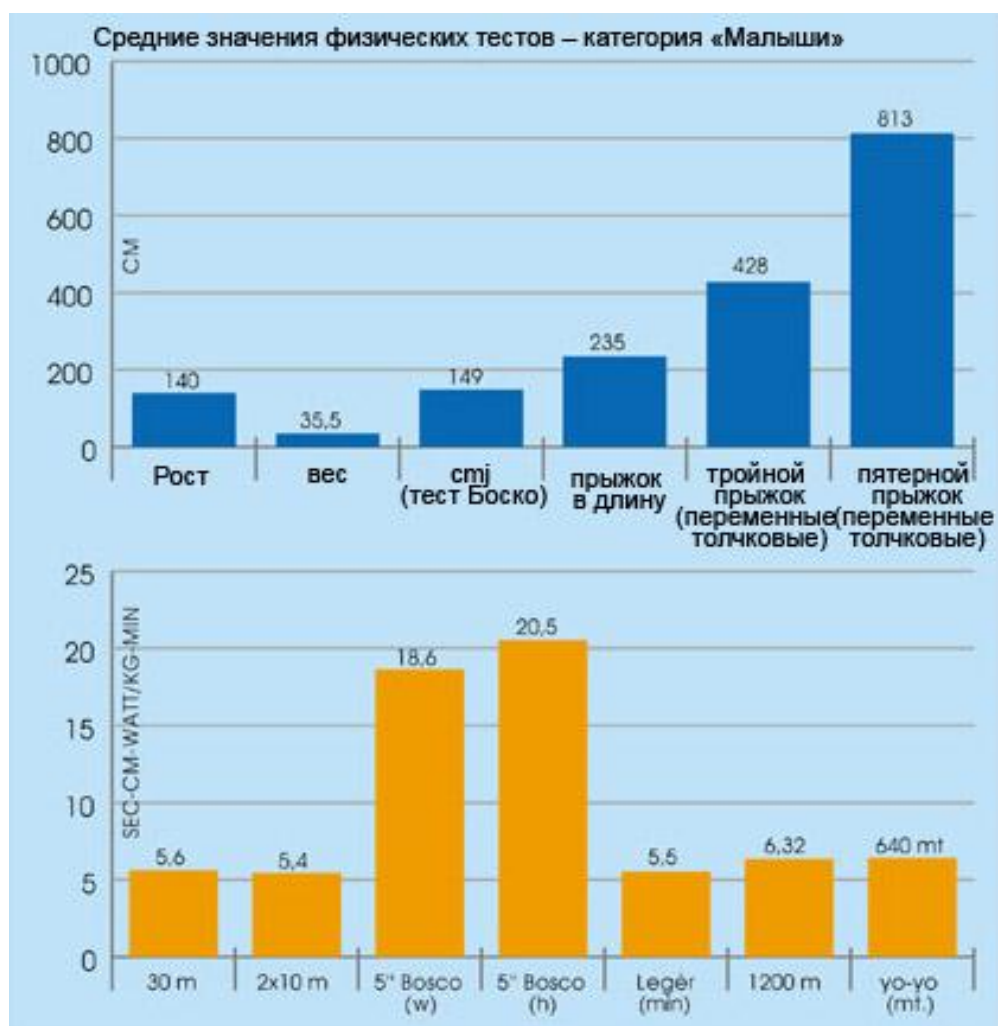


График 26 – Некоторые примеры тестов, примененных к детям футбольной школы (№ 62), (С. Д Отгавио, 1997 г.).

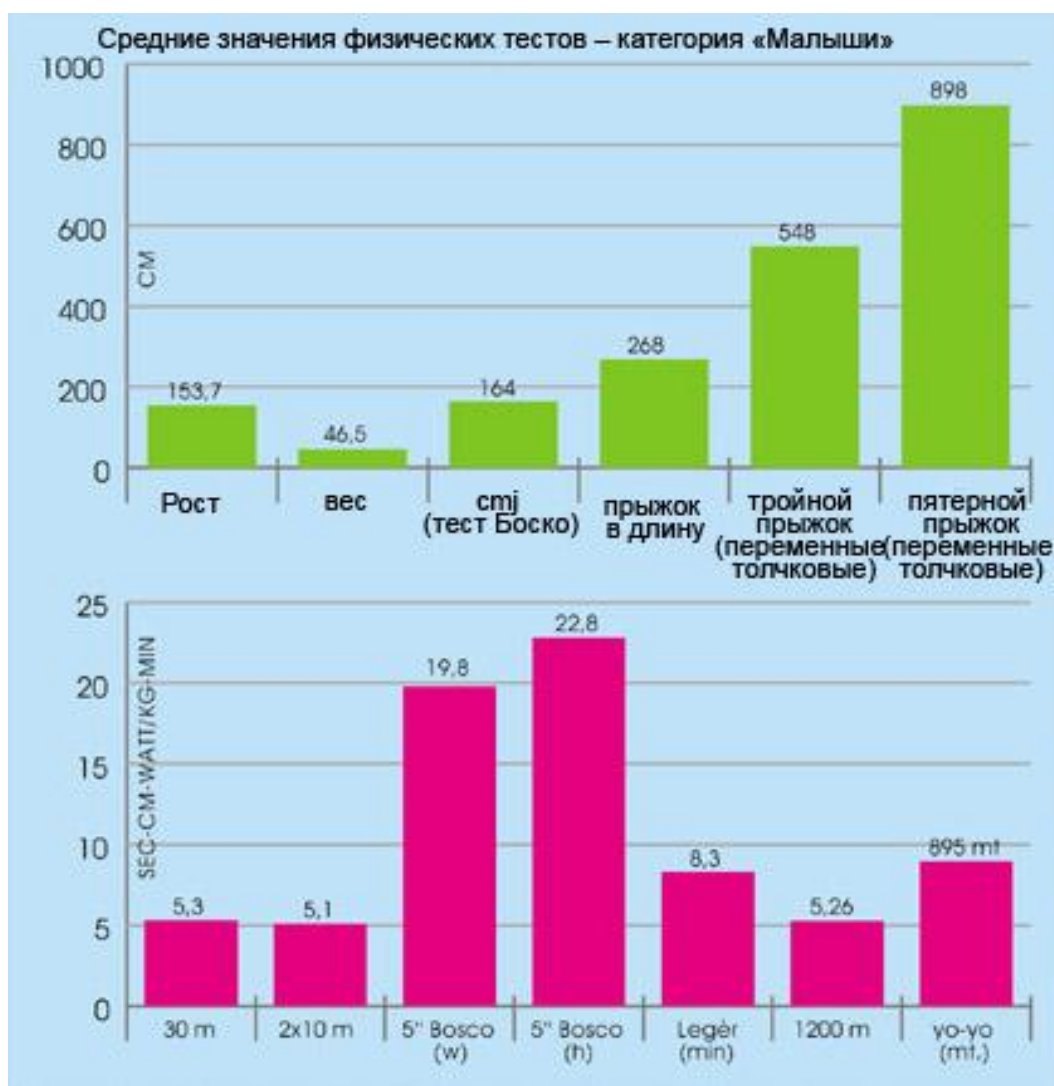


График 27 - Некоторые примеры тестов, примененных к детям футбольной школы (№ 84), (С. Д Оттавио, 1997 г.).

Из этих данных вырисовывается статистическая связь между значениями переменных величин. Другими словами, дети, показавшие лучшие результаты в испытаниях по прыжкам вверх (**cmj** x 15''), в последующем обычно приобретают лучшие характеристики в пятерном прыжке, повторяемом три раза. Качественным, исследуемым в двух случаях, была выносливость при скоростной силе. Этот результат был получен при прыжке вверх и прыжке в длину с места. Наконец, та же связь наблюдается при сравнении результатов, полученных при проведении теста на 1200 м и теста Лежера. Оба позволяют получить объективное значение органо-метаболических способностей.

Расшифровка теста-оценки:

Сmj (Bosco, 1982): прыжок вверх с возвращением на место, при этом руки по бокам, согнуты под углом 90° в соответствии с протоколом С. Боско (1982 г.), прыжок выполняется на подкидной доске. Исследуемое качество: взрывная сила с восстановлением упругости. Подобные тесты (взаимосвязанные): прыжок в длину с места.

5'' cmj (Bosco, 1982): прыжки в течение 5 сек. Как и для **cmj** в соответствии с протоколом С. Боско, измеряются мощность и относительная средняя высота во время испытания. Исследуемое качество: выносливость по отношению к быстрой силе. Подобные тесты (взаимосвязанные): пятерной прыжок, повторяемый несколько раз.

Legér test (1987): челночный бег на расстояние 20 м. с увеличением скорости. Начинают с 8,5 км/ч, увеличивая скорость на 0,5 км/ч каждую минуту со звуковой подсказкой. Это тест на истощение согласно протоколу Лежера (1983 г.). Исследуемое качество: аэробная мощность. Подобные тесты (взаимосвязанные): бег на 1200м.

Yo-yo test (Bangsbo 1994): челночный бег как в предыдущем тесте, но с 5 или 10 сек. Передышки после каждого участка 20 + 20 м. Тест, увеличивающий истощение, согласно 2 протоколам Дж. Бангсбо (1994 г.): один - при старте с низкой скорости (8,5 км/ч), а другой - на более высокой (10,5 км/ч).

5.НАКОНЕЦ-ТО МЫ ИДЕМ НА ПОЛЕ: НА УРОК ФУТБОЛА



а. 5.1. ДИДАКТИЧЕСКАЯ ЕДИНИЦА И СЕАНС ТРЕНИРОВКИ



Практическое выполнение дидактической программы должно происходить путем выполнения последовательности четко определенных и запланированных упражнений, получивших название «дидактическая единица».

Она состоит из «совокупности дидактических действий предварительно запрограммированных и реализуемых в ограниченный период времени для достижения исключительной специфической задачи» (Таратротти в Сотджу-Пеллегрини, 1989 г.).

Дидактическая единица является простейшей организованной программой. Она представляет собой базовый конструктивный элемент, на котором основываются и благодаря которому реализуются, согласно определенной временной организации, общие и особые цели рабочего плана.

Моторные реакции должны пониматься как динамический процесс усвоения определенного предложенного содержания, являющегося частью более обширного комплекса, в котором единица является только одной микро-частью, и которая пополняется и сочетается с другими частями, как кольца одной цепи.

На основе подтвержденной адаптации строятся и определяются цели высшего порядка, связанные с предыдущими целями, позволяя, таким образом, приобретать предпосылки и потенциал дидактического роста.

Обычно, для простоты организации, дидактическая единица может совпадать с отдельным уроком или сеансом тренировки, но в этом случае достигаемые задачи являются сложными, и дидактическая единица должна быть разделена на несколько сеансов.

Ежедневная работа, которая по футбольной терминологии называется сеансом тренировки, состоит из нескольких этапов:

- *подготовительный этап* (функциональное разогревание, физиологическая и специальная дидактическая подготовка);
- *центральный этап* (дидактическое направление, определение задач, этап действительной собственной нагрузки);
- *заключительный этап* (расслабление, проверка адаптации, обратная связь посредством речи, восстановление индивидуального и группового психологического равновесия).

б. 5.2. ОТ ТЕОРИИ К ПРАКТИКЕ



Таким образом, дидактические единицы и упражнения, их составляющие, представляют собой «дидактический терминал» в распоряжении обучающего для изменения уровня освоения различных качеств и способностей.

В последней главе руководства мы посчитали необходимым предоставить Вам практические советы, связанные с различными предпосылками культурного характера, противоречащие, большей частью, предыдущим страницам. Следует напомнить, что практика строится всегда на основе теоретических принципов, а теории необходимо практическое применение для укрепления и поддержания сформулированных гипотез.

С этого момента и в дальнейшем, учитывая отношения, сложившиеся между нами вследствие чтения Вами руководства, все будет иначе. Для того чтобы облегчить контакт и дружески принять данные советы, особенно касающиеся рабочих карточек, будет правильным перейти на «ты», потому что мы вместе должны будем подготовиться к долгому пути, который займет целый год или, в лучшем случае, весь спортивный сезон...

с. 5.3. РАБОЧИЕ КАРТОЧКИ: КАК ОНИ «ЧИТАЮТСЯ»



Уроки, разделенные по категориям, иллюстрируются конкретным примером дидактического планирования. Рабочие карточки представляют собой практический инструмент и конкретное оперативное руководство, необходимое тренеру для того, чтобы он мог предложить, более конкретно, деятельность, соответствующую правильной технико-спортивной подготовке и смог качественно проводить обучение в течение всего спортивного года футбольной школы. Как ты наверно заметил, карточки организованы по периодам, которые мы условно называем «МОДУЛИ».

Рабочие карточки, представленные внутри «модуля», являются функциональной единицей программы. Они называются «уроками» и позволяют иметь стройную модель изложения. Это все может помочь тебе определить с большой точностью содержание предлагаемой деятельности, давая возможность положиться на рекомендуемые варианты и предлагая новые упражнения, всегда учитывая поставленную цель. Ты сам будешь указывать на каждой карточке время, затраченное на решение определенных задач, и сможешь точно указать начало «от...» и конец «до...» периода. Таким же образом ты сможешь указать переменные величины, используемые в каждом упражнении, и наблюдения, которые ты считаешь уместными внести.

Карточки подразделяются на два типа: карточка периода («МОДУЛЬ») и карточка «УРОК». В то время как «МОДУЛЬ» описывает в очень простой манере наиболее важные дидактические цели, которые необходимо достичь, карточка «УРОК» определяет, какой является дидактическая деятельность (средства и содержание), предлагаемая для достижения цели.

Поэтому в материале, изложенном далее, ты найдешь раздел, посвященный представлению упоминаемых категорий («Маленькие друзья», «Малыши», «Дебютанты»), с каждой из которых связаны оперативные карточки, разделенные на 8 «МОДУЛЕЙ» (месяцев), включающие в себя «УРОКИ».

Большинство из них представляет карточки, относящиеся к юным вратарям. В них ты найдешь как деятельность, предлагаемую категории «Малышей», так и деятельность для категории «Дебютанты».

Поэтому мы комплексно подготовили тебе 8 карточек «Модуль» и 24 карточки «Урок» для каждой категории, в совокупности это составляет 24 карточки «Модуль» и 72 карточки «Урок». Кроме того, в Руководстве представлены 16 карточек «Модуль» и 32 Карточки «Урок», касающиеся вратарей, из которых 16 относятся к категории «Малыши» и 16 к категории «Дебютанты».

Каждый «Урок» сопровождается рисунками, иллюстрирующими различную деятельность, и графиками, показывающими как должна распределяться нагрузка на тренировке. Все подготовлено в легко воспринимаемой форме, что со временем должно способствовать большей дидактической независимости в планирования деятельности только одним тобой, и являющейся целесообразной для твоей группы. В любом случае, ты можешь дать оценку способностей твоих маленьких футболистов и всех определяющих переменных величин, которые могут повлиять на результат планирования.

5.3.1. МОДУЛЬ



Начинаем чтение этой карточки слева направо. Квадратик «Вспомни, что» поможет тебе припомнить характеристики ребят, составляющих группу.

Ты можешь внести другие морфологические аспекты, рекомендации и т.д., чтобы облегчить организацию урока.

График указывает на период, который обычно начинается за месяц до начала основной деятельности, однако наше представление о времени может отличаться от твоего. График показывает, как наши дидактические предложения Технического, Тактического и Физико-

моторного типа могут варьировать по отношению к периоду, в котором мы предлагаем осваивать их. Поэтому ты можешь найти на графике кривые, описывающие, что именно, в какой момент, какие задачи по отношению к другим, и какое дидактическое содержание будет более или менее подходящим и, поэтому необходимым для достижения в дидактическом плане. По этому поводу мы должны сказать тебе, что в указанных кривых две подгруппы «тактико-познавательного» фактора показывают два дидактических варианта, которые могут стать актуальными. Что касается «Маленьких друзей», то у них «весь спектр упражнений» подразделяется на «коллективные игры» и «игровые ситуации и матчи». В свою очередь, в категории «Малыши» все делится на «коллективные игры и игровые ситуации» и «матчевые игры», и, наконец, у Дебютантов - на «игровые ситуации» и «матчевые игры».

В твоём распоряжении будет свободное место, куда ты сможешь внести свои наблюдения, которые могут быть связаны, как с прошлым (вносить, например, аспекты, связанные с предшествующим периодом), так с настоящим и будущим.

Другие данные, такие как, например, количество уроков или недель, необходимых для достижения определенных задач, предусмотренные встречи (праздники и гулянья для самых маленьких и соревнования для детей «постарше») ты должен заносить лично, в соответствии со своим опытом преподавания.

5.3.2. УРОК



Данная табличка является элементом, кратко излагающим и подытоживающим в практическом плане многие вопросы, излагаемые в руководстве по технике. Теоретические принципы, рекомендации и другие обещания, выраженные в различных главах, сейчас переносятся в область практического применения.

Указываются предлагаемые упражнения, разделенные на дидактические емкости, применяемые нами: *Технико-координационные*, *Тактико-познавательные* и *Физико-моторные*. Емкость представляет собой информацию, касающуюся основных дидактических целей, предлагаемых упражнений и их длительности. Графики, проиллюстрированные в конце (триместра, месяца и урока), тесно связаны с упражнениями и предлагаемыми целями. Они служат в качестве ориентира общего планирования деятельности и для контроля выполнения (кривые *Технико-координационных*, *Тактико-познавательных* факторов и их соответствующие деления, и *Физико-моторных факторов*) во время того же периода. Рядом ты сможешь найти информацию, касающуюся последовательности упражнений, соответствующего инвентаря и продолжительности урока. Ты будешь иметь возможность внести наблюдения и дополнения в каждую емкость, как во время урока, так и после его окончания.

На обратной стороне оперативной карточки объясняются игры и предложенные упражнения, предоставляя тренеру разъяснения, помогающие применению этого типа упражнений.

Кроме того, описывается характер самого упражнения, возможные варианты, которые можно использовать для его усложнения или упрощения. Конечно, карточка дополняется иллюстрациями упражнений, и содержит рекомендации по продолжительности.

И, наконец, здесь ты также найдешь другие параметры, связанные с материалом, необходимым для комплексного продолжения и т.д.

Урок разделен следующим образом:

НАЧАЛЬНЫЙ ЭТАП (или ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ)

На этом этапе важно дать почувствовать себя детям комфортно и непринужденно, создавая постепенно атмосферу радости и заинтересованности.

Начальные игры, кроме наблюдения за развитием свободной игры в ограниченном пространстве, могут предусматривать деятельность, использующую народные игры, которые все мы знаем и которые, к сожалению, постепенно перестают быть частью природного моторного опыта ребенка.

В большинстве случаев эти предложения хорошо помогают целям урока и становятся, таким образом, пропедевческими для выполняемых упражнений.

Например:

1. игра в индейцев: очень захватывающая; развивает координационные способности, такие как ориентация в пространстве, адаптация и преобразование перемещений в зависимости от поведения других игроков;
2. небольшие матчи 3 против 3: придающие приятное начало уроку, разрушая структуру традиционной концепции, предусматривающей матч только в конце урока.

Всегда в начальном периоде предусматривается общая деятельность для развития моторных способностей суставов или моторный контроль, в сочетании с использованием мяча.

Например:

1. упражнения с перебрасыванием мяча: держать мяч в руке, затем ударять по мячу различными частями ноги и принимать мяч в руку после одного только броска (подвижность бедра, лодыжки и т.д.). Кроме того, что они способствуют подвижности суставов задействованных частей тела, способствуют также относительному развитию чувствительности;
2. начальная акробатическая деятельность: служит ознакомлению детей с различными аспектами, связанными с движением тела в различных ситуациях, в воздухе или на полу, связывая сегменты тела между собой. Важное умение, требующее всегда большого моторного контроля, в частности, на различных «чувственных этапах» жизни.

ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ЭТАП

Этот этап строится в зависимости от решаемых задач. Он может быть организован согласно логической последовательности, выражающей дидактическое значение достижения, а также особый характер и своеобразие этого этапа.

Последовательность рассматриваемой деятельности должна сначала способствовать изучению природы техники, в то время, как на втором этапе предоставляется больше пространства для деятельности, требующей большого физического применения.

Организация процесса по пунктам часто используется, так как позволяет вовлекать всех учеников и особенно рекомендуется на ранних возрастных этапах, когда необходимо работать небольшими группами в ограниченных пространствах.

Деятельность, которой характеризуется этот этап, направлена в основном на выполнение следующих задач:

- **ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННАЯ – ОТ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ДВИЖЕНИЯ ДО ЕГО ПРИМЕНЕНИЯ:** это дидактический резервуар, в котором находятся все игры, упражнения и деятельность, определяющая обучение основам техники. Значительное внимание уделяется деятельности, стимулирующей у ребенка развитие способностей к чувственному восприятию информации, являющейся основой для соответствующей организации координационного

багажа (смотри раздел «Координационные способности»), основополагающей предпосылкой для подготовки технических умений;

● **ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ – ОТ РЕШЕНИЯ ЛИЧНЫХ ЗАДАЧ ДО РЕШЕНИЯ КОЛЛЕКТИВНЫХ ЗАДАЧ:** это дидактический резервуар, в котором собрана вся деятельность, стимулирующая у ребенка обучение познавательного типа и позволяющая ему ознакомиться с различными игровыми ситуациями. При этом ребенок постоянно подстегивается для решения сначала индивидуальных, а затем коллективных задач, связанных с природой игры.



Тактическая подготовка будет проходить путем организации игр ситуативного характера и матчей по темам, способствуя в техническом плане выбору эффективного поведения.

Поэтому деятельность, предлагаемая в этом резервуаре, определяет развитие способностей по принятию решений, по выработке персонализированной (личной) «стратегии», а также, способности к коллективной игре, обучаясь, таким образом, предпосылкам «работы» в составе команды. Относительно трех категорий, выделенных ранее, «тактико-познавательное» определение должно с большими различиями относиться к разным возрастным категориям. В категории «Маленькие друзья» этот дидактический резервуар подразделяется на «коллективные игры» и «игровые ситуации и матчи». У «Малышей» он делится на «коллективные игры и игровые ситуации» и «игровые матчи», и, наконец, что касается «Дебютантов», - на «игровые ситуации» и «игровые матчи».

Результат такого подразделения представлен на рисунке, иллюстрирующем соответствующие графики, и практическими упражнениями.

● **ФИЗИКО-МОТОРНАЯ – ОТ БАЗОВЫХ МОТОРНЫХ СХЕМ ДО ПРИМЕНЕНИЯ УСЛОВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ:** это дидактический резервуар, который, используя особые упражнения, определяет обучение и улучшение физических качеств и моторный контроль. Юноша, в соответствии с определенным возрастом и на основе биофизических характеристик возраста, нуждается в стимулировании различных возможностей, которые детский организм представляет как реакции функциональной адаптации (смотри раздел «Чувственные этапы»). Поэтому для самых маленьких предусмотрена большая деятельность сенсорно-моторного типа, в первую очередь чисто физическая. Тем не менее, предлагаемая практическая деятельность, всегда, насколько это возможно, будет иметь игровую составляющую и в ней, по возможности, всегда будет присутствовать мяч.

Мы рассмотрели в различных видах деятельности особое моторное поведение футболиста, которое можем кратко изложить в виде следующей схемы (смотри таблица 17, Д Оттавио, 1994 г.).

ВАРИАНТЫ: представляют собой дидактическую возможность, связанную с тремя дидактическими резервуарами: **ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫМ**, **ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫМ** и **ФИЗИКО-МОТОРНЫМ**, что позволяет, частично изменяя базовое упражнение, предлагать деятельность, представляющую соответствующие трудности для потенциала учеников.

Поэтому в каждой деятельности существует возможность вариации: используемое пространство, расстояние для прохождения, быстрота и тип выполнения, количество, роли и задачи игроков, тип дидактических средств (мячи, кегли, уменьшенные ворота и т.д.), тип доставки информации с помощью визуальных сигналов (цвета, движения мяча,

товарищей/противников и т.д.), или при помощи звуковых сигналов (свист, хлопок руками, шум мяча и т.д.), или при помощи других способностей чувственного восприятия.

Первичные	Вторичные
● Бег и ходьба с мячом →	Ведение мяча, дриблинг
● Прыжок и/или удар по мячу →	Передача, удар, уклон Бросок, создание помехи, перебрасывание мяча
● Прыжок и/или прием мяча →	Остановка (задержка), перехват Захват (остановка), контроль, Удар
● Перемещение без мяча →	Отрыв от противника, забивание гола, ориентирование, опережение

Таблица 17 – Особое моторное поведение в футболе (Д Оттавио, 1994 г.).

Все это связано с требованиями, предъявляемыми к детям, и техническими целями, predeterminedенными или проверяемыми во время урока для того, чтобы получить наиболее соответствующую организацию упражнения (смотри таблицу 30).

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

В завершение урока необходимо предоставить свободное время юным футболистам, которые даже если и развлекались до этого момента, должны были подчиняться указаниям. На этом этапе, оставив парней играть свободно, ты должен иметь возможность проверить, выучили ли ученики движения, предложенные на уроке, или наблюдать, как они применяют их спонтанно.

Поэтому обычно заключительный этап совпадает с деятельностью или игрой в свободной форме.



Таблица 30 – Применение варианта упражнения в дидактической программе – Д Оттавио С., Документы курса высшего специального образования по спортивным наукам и технике, Университет Тор Вергата, Рим 2003 г.).

Данный этап представляет собой важный момент для контакта с учениками, касающийся темы урока, цели проверки (обратная связь), возможных изменений, как на концептуальном уровне, так и в поведении.

ИГРА В СВОБОДНОЙ ФОРМЕ: на каждом уроке необходимо предоставлять возможность играть в свободной форме, что очень важно для тренера, который «наблюдает и оценивает», важно для юного футболиста, который «выражает» свои творческие качества, свою фантазию, свое умение «сосуществовать» с другими и уровень достигнутого обучения. Кроме того, мы хотим подчеркнуть, что не всегда есть надобность включать в урок это средство тренировки. Часто, особенно с самыми младшими, необходимо иметь больше свободного времени на уроке, иногда в начале, оставляя свободными детей и ребят для выбора ими игр (не обязательно матча), правил, размеров поля и ворот, и деятельности в целом по их меркам.

Резюмируя, в карточке урока необходимо указать:

1. Преобладающую техническую цель;
2. Упражнения и время их выполнения;
3. Используемые дидактические средства;
4. Продолжительность урока: от 80 до 100 минут, в зависимости от возраста ребят.

Приложение А: ПРИМЕНЕНИЕ ПСИХОЛОГИИ В ФУТБОЛЬНЫХ ШКОЛАХ



Ключевым элементом в деятельности тренера является понимание источников получения информации юношами, связанными с уровнем его подготовки. Психологи согласны с утверждением, что индивидуумы, обладающие повышенным восприятием собственных спортивных способностей, имеют сильную мотивацию к продолжению данной деятельности, они ориентированы на то, чтобы в последующем улучшать свои способности, и получают удовольствие от занятия спортом. И наоборот, те ребята, которые полагают, что они мало способны, имеют небольшую мотивацию, мало упорства для достижения целей по улучшению и получают малопривлекательный спортивный опыт. Поэтому можно утверждать, что восприятие способностей составляет промежуточный элемент между достигнутыми результатами, демонстрируемым мастерством и поведением во время спортивного действия. В этом смысле поведение тренера, выступающего в роли обучающего, чрезвычайно важно. Благодаря предложенному им образованию, дети футбольной школы осуществляют деятельность, позволяющую им приобретать спортивные и психосоциальные умения, описанные в главах руководства по технике. Однако обучение не несет достаточной мотивации для продолжения этой особой деятельности, необходимо, чтобы к нему добавилось осознание этого. Как уже подтверждалось много раз в данном Руководстве по технике, задачей тренера является стимулировать ребят к осознанию того, что они изучают и что должны делать, чтобы в последующем совершенствоваться.

Кроме того, общим действием этих двух составляющих является изучение и знание того, что изучаешь, что стимулирует внутренняя мотивация, что вызывает желание не прекращать играть в футбол. Внутренняя мотивация является внутренним побуждением, поддерживающим выполнение деятельности, вызывающей удовлетворение от того, что делается, а также от внешней мотивации, основанной на внешней поддержке (например, премия, деньги, особое признание). Внутренняя мотивация базируется на необходимости и желании ребенка почувствовать себя подготовленным и полным решимости встретиться со

средой, окружающей его. В области спорта такие дети показывают заинтересованность к развивающей деятельности, выполняя упражнения и игры, предлагаемые тренером, независимо от премий и наград. Это дети, заинтересованные в новых упражнениях, создающих трудности, которые они встречают смело, и которые стараются преодолевать. И наоборот, дети, мало заинтересованные внутренне, занимаются из-за возможности получения премий и наград со стороны тренера или родителей. Они предпочитают легкие упражнения, в которых, как они знают, будут иметь успех. Они нуждаются в том, чтобы обучающий мотивировал их и контролировал выполнение ими упражнений.

Дети, осознающие свои моторные и спортивные способности, с уверенностью встречают предлагаемую деятельность, они охотно идут вперед, если появляется новое упражнение, даже если оно представляет трудности, встречаются с товарищами без боязни. И наоборот, дети, имеющие ограниченное восприятие своих моторных способностей, двигаются неуклюже, и стараются избегать соревнований с другими сверстниками.



Наконец, юноши, чувствующие себя подготовленными, и имеющие внутреннюю мотивацию, оправдывают положительные ожидания в соревнованиях, продолжая приобретать новые качества и совершенствуя их. Таким образом замыкается добродетельный круг, для которого восприятие спортивных способностей, основанных на обучении в футбольной школе, в свою очередь усиливает мотивацию для этой деятельности, и ребенок надеется продолжить приобретение положительного опыта, развивая доверительное отношение к тренеру (Рисунок 1).

Возвращаясь к теме мотивации: становится важным, как внутренняя мотивация представлена в каждом моменте процесса обучения, то есть как в каждой ситуации личность (тренер, родители или руководители) влияет на поведение другого. Основными элементами такого подхода к изучению мотивации являются следующие:

1. основным элементом данной теории является, как было сказано, то, что каждый индивидуум желает знать, какие результаты его собственных действий зависят от него самого. Поэтому каждое внешнее вмешательство, направленное на уменьшение этого типа восприятия, вызовет уменьшение внутренней мотивации. В результате происходит то, что во всех ситуациях юноша действует максимально только для того, чтобы получить премии или из-за боязни возможных наказаний. В этом случае парень не проявляет себя в моторном плане для получения удовольствия, например, от матча или от обучения чему-то новому, и не желает получать что-либо новое от внешнего суждения. Кроме того, действуя таким образом, юноша попадает в руки другой личности, которая его премирует в зависимости от собственных характеристик, которые могут полностью отличаться от характеристик юноши.
2. Положительное восприятие способностей и воодушевление, являющееся результатом ситуаций вызова, поддерживают внутреннюю мотивацию.

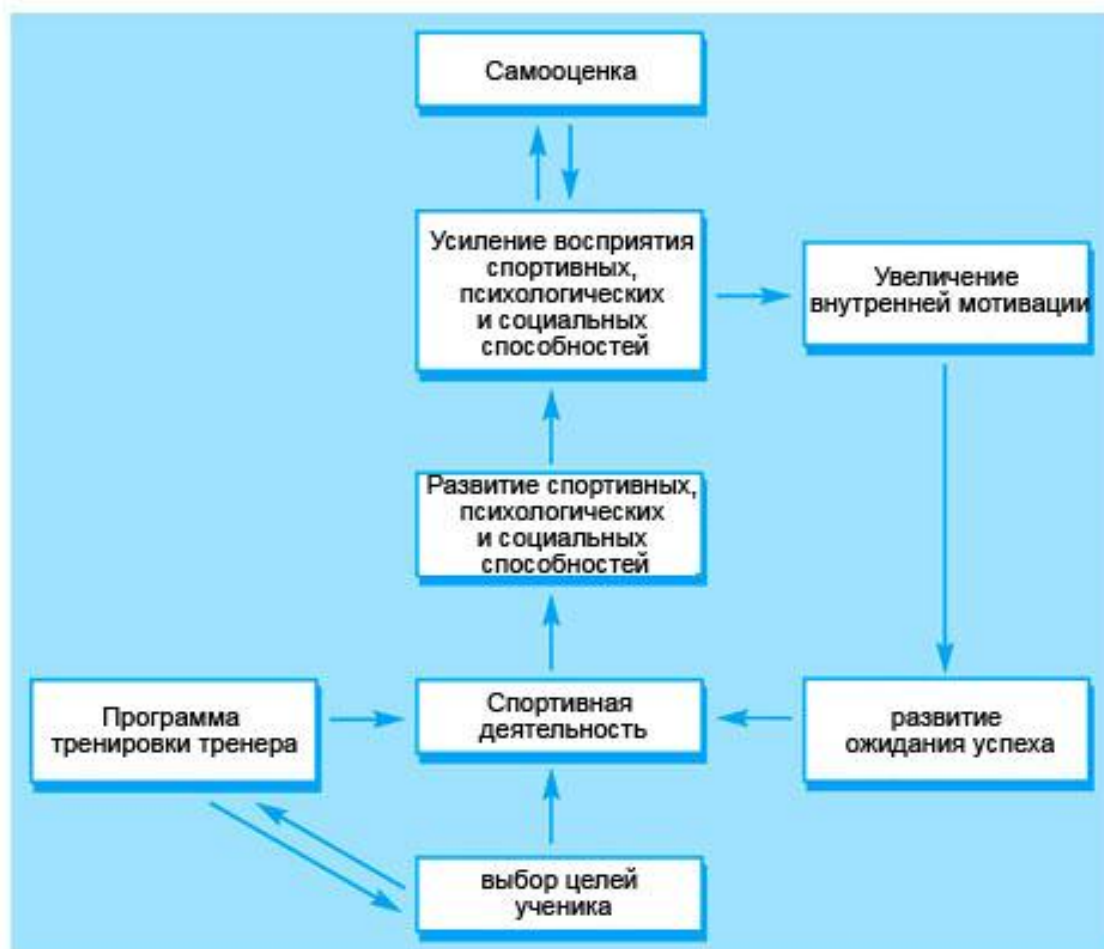


Рисунок 1. – Психологическая модель для участия в спортивной деятельности.

Выбор целей, разделяемых как учениками, так и тренером, стимулирует их желание посвятить себя спортивной деятельности. Это в свою очередь определяет утверждение положительной схемы, где приобретение спортивных способностей и усиление значимости собственных моторных и спортивных способностей поддерживают как заинтересованность к этой деятельности, так и надежду на продолжение совершенствования, получая от этого удовлетворение. Осознание значимости того, что ты учишься новому, определяет увеличение доверия к самому себе с течением времени. Необходимо, чтобы тренер и ученик сотрудничали также в определении общих задач, соответствующих уровню физических способностей, моторных и спортивных умений юноши.

Вмешательство тренера должно служить усилению восприятия личной эффективности. Таким образом парень узнает, что приложенное усердие и примененная стратегия способствуют достижению предварительно определенной цели. Действительно, необходимо стимулировать у ребят развитие подхода с полной ответственностью в отношении собственной моторной и спортивной деятельности, показывая им выгоды обучения, полученного ими от тренеров.

3. Не является решающим материальный стимул (трофеи, спортивный инвентарь, технические новинки) или символический (основанный на личных оценках). Это информативное содержание таких контактов. Любой юноша при вмешательстве тренера может почувствовать себя под контролем, подавленным или же понятым на рациональном уровне, или все еще находящимся в состоянии вдохновения - что лучше? Надо иметь специалиста, устанавливающего, в основном, отношения, основанные, как на логических аспектах характеристики (объяснять юноше технические составляющие спортивного движения и таким образом обучать его

специальной технике), так и на положительной эмоциональной передаче (прямая психологическая поддержка убеждения юноши в его способностях по преодолению любой спортивной ситуации).

4. Ориентация на задачу стимулирует увеличение внутренней мотивации. Различная ориентировка на результат, особенно в отношении детей, может иметь отрицательное влияние. Под ориентированием на задачу необходимо понимать формирование убежденности юноши в том, что «это благодаря моему усердию я всегда лучший в игре в футбол». И наоборот, чрезмерное преувеличение получаемого результата может вызвать уменьшение усердия, что явится серьезной проблемой для деятельности, в которой уже достигнуты хорошие результаты. Поэтому тренеры, ориентированные на задачу, укрепляют у детей в первую очередь усердие, которое переходит на упражнения и игры, и только во вторую очередь задерживаются на технических результатах их действий, инструктируя детей как их улучшить.

Переходя сейчас к более специфичной теме, можно установить информационные источники, используемые ребятами для оценки степени их подготовки. Если для детей дошкольного возраста суждение о способностях основано в основном на умении выполнения простых моторных задач и на обратной связи со взрослыми, с которыми они чаще всего общаются, то, начиная с 5 – 7 летнего возраста, дети показывают стремление оценивать свои способности, сравнивая их с характеристиками своих сверстников. Эта деятельность по социальному сравнению становится наиболее очевидной в возрасте начальной школы и достигает своего максимального значения в конце детства - начале юношеского возраста. И наоборот, в юношеском возрасте юноши учатся пополнять информацию, поступающую из большого количества информационных источников.

Кроме того, по причине познавательного созревания в конце детства проявляется также стремление к приобретению стандартных духовных черт.

Таким образом, ребенок развивает внутренние параметры успеха, которые помогут ему выразить свою оценку собственных характеристик.

Большая часть результатов исследований, лишь некоторые из которых относятся к футболу (для обзора смотри Чей, 1998 г.), показали:

- 8 – 9 лет: дети этого возраста указывают в качестве основных источников информации о своих способностях результаты игры и обратную связь со взрослыми, и проявляют удовольствие, чувствуя себя частью группы, ведут себя соответствующе с друзьями и при знакомстве с новыми товарищами, это является доминирующей мотивацией и играет роль стимула других мотиваций, касающихся развлечений и приобретения других способностей.
- 10 – 11 лет: дети этого возраста, имеющие надлежащее восприятие, указывают в качестве основных источников информации о своих способностях сравнение с другими сверстниками, личные параметры которых соответствуют тем, кто приобретает духовные черты во время спортивного опыта и эмоциональные элементы, связанные со спортом. Те, кто меньше убежден в собственных способностях, служат, в большинстве своем, внешними информационными источниками, а также, например, объективные результаты характеристик.
- 12 – 14 лет: ребята этого возраста указывают в качестве основных источников информации о своих способностях оценки тренера, сравнение со своими товарищами и внутренние критерии. В то время как в предыдущем возрасте меньше всего верящие в себя часто служат внешними критериями, а также объективные результаты характеристик и обратная связь с родителями и зрителями.

Другие изменяемые величины вмешиваются в процесс оценки собственных способностей, и, прежде всего те, которые заложены в хронологическом возрасте и познавательном развитии. Действительно, исследования, сравнивающие оценки обучающихся и оценки юношей,

показали, что восприятие способностей становится более тщательным в 10 – 13 лет по отношению к предшествующему возрасту.

Обнаружено, что оценки тренеров должны служить основой для того, чтобы у юношей укрепились внутренние критерии для изучения результатов их характеристик. Таким образом они становятся крепким фундаментом для стимулирования психосоциальной подготовки, характеризующейся самостоятельностью мнения и психологической независимостью в оценке своих собственных сильных и слабых моментов.

Родители должны играть роль не обучающего, а психологической поддержки усердия своего ребенка. Эта функция не должна рассматриваться родителями как ограничение их роли, а, наоборот, существенной в показе ребенку, что они довольны, что он делает то, что воодушевляет его в стремлении играть в футбол, независимо от полученных результатов, поэтому эта поддержка является условием его спортивного успеха.

Приложение В: ЧТОБЫ ЮНОШИ РОСЛИ ЗДОРОВЫМИ В ФУТБОЛЬНОЙ ШКОЛЕ



Для ребят игра в мяч не должна составлять только развлекательный и игровой момент, а должна являться также важным фактором психофизического роста.

Дети в возрасте от 6 до 12 лет, занимающиеся в футбольной школе, показывают неожиданную выносливость, выполняя деятельность, занимающую продолжительное время, состоящую из совокупности кратких разнообразных упражнений различной интенсивности. Таким образом, деятельность не является одинаковой и монотонной, а скорее занимательной, богатой изменениями и новизной.

Моторная деятельность, осуществляемая под должной опекой (смотри таблицу № 4b) во время урока по футболу, позволяет детям этого возраста получить правильную осанку и поведение, рассматриваемое не как статический аспект, а как проявление личности ребенка, связанное с его психофизическим развитием; движение и игра являются для него важным проявлением этого развития.

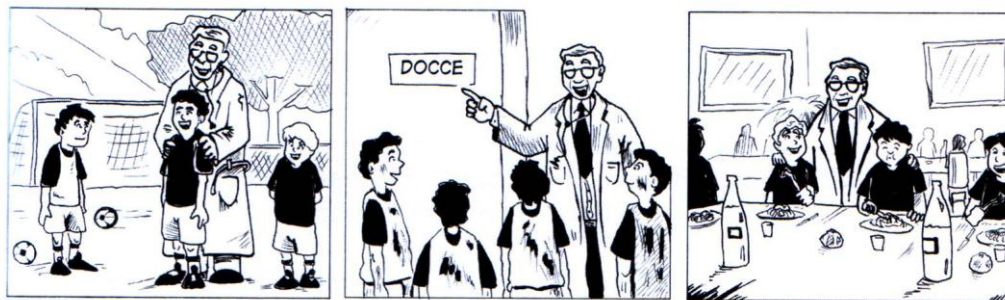
Движения и игры, предлагаемые без перегрузки атлетического типа, вызывают первые проявления беспокойства, особенно на уровне хрящей и суставов двигательного аппарата (смотри таблицу № 5b).

Для ребят, имеющих проблемы в мускульном развитии (слабо развиты или не слишком крепкие) или в развитии скелета (сколиотическая деформация, кифоз, крылатые лопатки, плоскостопие ...), учеба в футбольной школе становится особенно полезной, так как, способствуя развитию гибкости суставов, положительно сказывается на изменении поведения.

Это же относится к ребятам, страдающим астмой, особенно аллергического типа.

Они начинают чувствовать себя лучше вследствие положительного воздействия этого вида деятельности.

В заключение хочется сказать: детям, имеющим различные проблемы, такие как трудности координации движений, медленность рефлексов и реакций, проблемы социализации, футбольная школа также может оказать большую помощь (смотри таблицу № 1b).



10 «почему», мотивирующие детей посещать футбольную школу

- помогает в предотвращении патологического нарушения скелетно-мышечного аппарата
- укрепляет и совершенствует состояние органов дыхания
- исправляет неблагоприятные росто-весовые отношения
- улучшает кардио-циркуляторные параметры
- положительно воздействует на изменения психики
- улучшает способность координации движений
- повышает сопротивляемость инфекционным заболеваниям (меньше болеют)
- развивает силу и выносливость
- регулирует основные физиологические функции (сон, аппетит, пищеварение ...)
- повышает коэффициент нагрузки на суставы

Таблица 1b

Футбольная школа, обязанная иметь соответствующе организованную работу (смотри таблицу № 7b), является также организацией, исправляющей обычные ошибки в питании, часто служащие причиной возникновения таких заболеваний, как ожирение, повышенное артериальное давление. Эти нарушения очень часто встречаются у детей, ведущих сидячий образ жизни. В этом случае очень важен постоянный контроль массы тела, так как развитие жировых тканей (жира) происходит именно в этот период жизни.

Поэтому становится обязательным отдавать предпочтение продуктам питания, богатым железом, кальцием, витаминами группы B, D, PP, продуктам высокой биологической ценности, таким как белок мяса и винограда, а также продуктам, богатым основными жирными кислотами, содержащимися в оливковом масле и рыбе. И, наконец, молоко, которое должно всегда присутствовать в питании детей.

Также важно разделить дневной рацион питания на 5 приемов, в зависимости от задачи обучения и правил футбольной школы (смотри таблицу № 2b и 3b).

Необходимо бороться с распространенной привычкой применения соленых жидких добавок, так как они бесполезны в этом возрасте, и наоборот, рекомендуется увеличение потребления воды, необходимой во время соревнований и тренировок.

Это относится как к детям вообще, так и к детям, которые в последнее время посещают футбольные школы.

Посещение футбольной школы, соблюдая определенные гигиенические нормы (смотри таблицу № 6b), означает для детей получение помощи в укреплении здоровья и гармонии с их собственным телом и другими людьми, что является предпосылкой для того, чтобы во взрослом возрасте они стали здоровыми и сильными, уверенными в себе, счастливыми, удачливыми «отличными и успешными игроками».

РУКОВОДСТВО ПО ЗДОРОВОМУ ПИТАНИЮ

Руководство дает определение термина питания и здоровья и содержит большое количество практических советов

1) Контролировать вес

Излишек массы тела увеличивает возможность появления таких заболеваний,

как заболевания сердечно-сосудистой системы, диабет, повышенное давление.
2) Больше злаков, бобовых, овощей, зелени и фруктов Кроме углеводов они содержат большое количество витаминов, минеральных солей, а бобовые еще и белок.
3) Не превышать количество соли Ее чрезмерное потребление, больше 6 граммов в день, приводит к риску возникновения многих заболеваний, среди которых заболевания сердечно-сосудистой системы.
4) Как можно чаще изменять рацион питания Для достаточного обеспечения всеми питательными веществами необходимо как можно чаще изменять рацион питания и сочетание различных продуктов. Для лучшего восприятия: ежедневно выбирать один продукт питания из пяти групп, указанных ниже: а) злаки и клубни; в) свежие фрукты, овощи, зелень и бобовые; с) молоко и молочные продукты; d) мясо, рыба, яйца и бобовые; е) жирная приправа, предпочтительно растительного происхождения.
5) Сколько жира, какого жира В отношении количества обращать внимание на жир, содержащийся в продуктах, что касается качества, то предпочтение отдается растительным жирам.
6) Сахар и сладости Всегда учитывать количество и частоту потребления сладких продуктов и напитков за день, предпочитать сладости с ограниченным количеством жиров и большим содержанием сложных углеводов (запеченные продукты), контролировать потребление сладких продуктов, намазываемых на хлеб.
7) Алкогольные напитки: если употреблять, то умеренно

Таблица 2b

Описание типичного питания детей от 6 до 12 лет, посещающих футбольную школу
● Завтрак – обильный: молоко или чай, хлеб или сухари с вареньем или медом, сухое печенье (избегать кексов), злаковые, йогурт и сок.
● Закуска в полдень: какой-либо фрукт или сухое печенье.
● Обед: блюдо из макарон или риса; фрукты по сезону, если тренировка состоится сразу же после обеда. В случае, если есть, по крайней мере, три часа между обедом и тренировкой, добавить блюдо из мяса, предпочтительно белого, рыбы, или ветчину или вяленую говядину в минимальном количестве.
● Во время тренировки: пить глотками время от времени воду, единственную добавку которую ребенок может реально получить.
● Закуска после деятельности: сок или фруктовый коктейль с несколькими бисквитами.
● Ужин: суп или лучше густой овощной суп, мясо, рыба, яйца, сыр с овощным гарниром, фрукты.

Таблица 3b.

10 «как» опекать детей, посещающих футбольную школу
● подвергнуть их медицинскому осмотру на пригодность (обязательно)
● контролировать и оценивать, по крайней мере, 1 раз в год, их рост и состояние здоровья
● не применять лекарства без разрешения врача (никогда пищевые добавки)
● не спешить отправлять их снова в футбольную школу вскоре после инфекционных болезней или травм, даже минимальной тяжести
● приучить их всегда по окончании тренировки принимать душ
● требовать от них, чтобы поле душа хорошо вытирались

● советовать им не ходить босиком в раздевалке
● приучать их использовать бутсы с 13 шипами, и никогда с 6
● приучать их правильно питаться
● учить их постоянно, но умеренно пить воду во время упражнений и встреч по футболу

Таблица 4b

10 мер предосторожности во избежание травм костно-суставного и мышечного аппарата детей
● <i>Избегать заставлять их делать резкие и сильнее движения</i> , направление, амплитуда, скорость и интенсивность которых плохо контролируется.
● <i>Избегать давать повышенную нагрузку на суставы</i> , часто и продолжительно. Даже нагрузка только массы тела, находящегося долгое время без движения, может сказаться отрицательно.
● <i>Избегать заставлять поддерживать высокие нагрузки на суставы в жестких положениях</i> , например, прыгать на землю на негибких нижних конечностях, падение вниз сидя.
● <i>Избегать заставлять напрягать суставы сверх природных ограничений их амплитуды</i> , когда такое действие вызывает боль.
● <i>Избегать заставлять выполнять движения «в холодную»</i>
● <i>Избегать сильных вибрационных нагрузок</i> : они очень вредны для суставов, особенно когда их сгибают под прямым углом.
● <i>Избегать выполнять упражнения, вызывающие боль в суставе</i>
● <i>Избегать делать движения, будучи утомленными</i> : легко получить травму суставов
● <i>Избегать</i> , после длительного нахождения в неподвижном состоянии, например, в гипсовой повязке, выполнения интенсивных нагрузок.
● <i>Избегать бега</i> : неправильного (отталкиваясь пятками от земли), по твердой местности или в неподходящей обуви (твердая подошва, жесткий каблук и т.д.), так как это приводит к воспалению ахиллова сухожилия и всей области пятки.

Таблица 5b

14 гигиенических норм, которые необходимо соблюдать детям футбольной школы
● Ногти должны быть нормальной длины (обрезаны и отшлифованы); ногти ног, обрезанные слишком коротко, к углам, и сжимаемые обувью, могут «врасти в мясо», а слишком длинные ногти рук могут нанести раны при столкновении с противником.
● Ногти должны быть всегда хорошо отполированы во избежание накопления грязи и возможного образования очагов инфекций.
● Нижнее белье (гольфы, трусы, майка и т.д.), находящееся в контакте: со скамьей, где передеваются, с полом и другими предметами верхней одежды, может явиться источником кожных инфекций.
● Купальный халат и полотенце нельзя бросать на землю или грязные предметы. Лучше не давать другим свое полотенце.
● В сумке лучше держать отдельно или в обертках различные виды предметов.
● Необходимо, чтобы ребенок чувствовал себя «хорошо», находился «в форме», готовым физически и психологически к тренировке.
● Перед тренировкой и во время нее дети не должны иметь признаков болезни, расстройства: температуру и т.д.
● Мочевой пузырь, так же как и кишечник, должен быть пуст перед тренировкой; ребенок будет чувствовать себя более свободным и готовым двигаться, а его отдача будет лучше.
● Во время тренировки: если холодно, необходимо быть хорошо одетым, но не слишком тепло, чтобы сильно не потеть; если жарко, то необходимо одеться полегче, однако быть

не слишком раздетым во избежание простуды после сильного потения.
● Если перерывы слишком длинные, необходимо подготовить что-либо, чтобы прикрыться в такие минуты отдыха.
● После окончания тренировки сменить одежду, приняв душ. Потные вещи, даже если ими только вытираться, пропитаны органическими веществами пота, который имеет склонность удерживать влагу, а также испускать мало приятные запахи.
● Предметы одежды, в которой тренируются, должны состоять из материала с хорошей пропускающей способностью, чтобы они не имели поясов или шнуровки, затрудняющих циркуляцию воздуха.
● Уделять внимание солнечному излучению: если оно интенсивное, то раздражает кожу и поверхностную капиллярную сеть, вызывая реакцию от простого покраснения до расстройства циркуляции крови, образование ожогов и язв.
● Не оставлять без внимания снег и ветер: они изменяют равновесие кожи, которая должна быть защищена использованием соответствующих продуктов.

5 мер предосторожности, предписанных для помещений Спортивной Школы

● Не ходить босиком в душе или в другой части раздевалки: велик риск возникновения кожных заболеваний, то же самое и в бассейне (использовать «вьетнамки» или «шлепки»).
● Места общего пользования являются местом возможного заражения различными болезнями. Поэтому необходимо по возможности избегать пользоваться ими и обязательно мыть руки, если все же воспользовались.
● В раздевалках и душевых должна быть соответствующая температура (около 18°) и не должно быть сквозняков, которые могут вызвать серьезную простуду.
● Использовать соответствующий и в хорошем состоянии инвентарь.
● Контролировать наличие углов или бьющихся предметов, которые могут разбиться или стать опасными.

Таблица 7b

7 советов общего порядка, применяемых в футбольной школе

● Хорошо, чтобы каждой тренировке предшествовала соответствующая разминка, а по ее завершении, упражнения для дыхания и расслабления.
● Если чувствуется повышенная усталость, необходимо прервать деятельность, так как если вы устали, вы подвержены растяжению мышц и стойкому ограничению движения в суставе, вывихам и травмам суставов в целом, нарушению циркуляции крови, желудочно-кишечным расстройствам.
● Если во время тренировки возникает нарушение любого типа, необходимо прекратить работу.
● Если неожиданно ребенок почувствовал слабость и потерял равновесие, можно заключить, что это предупредительный сигнал перед обмороком.
● Даже если ребенок уже готов выполнить спортивное движение, он не должен начинать с максимально возможной способностью.
● Любая деятельность должна осуществляться при условии полного контроля и осознания ясности целей.
● Детям футбольной школы рекомендуется спать как минимум 8-9 часов. При меньшем времени сна они будут уставшими и сонными весь день.

Таблица 8b

Приложение С: СООТВЕТСТВУЮЩАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВОК И МАТЧЕВЫХ ИГР

Тот, кто оказывает первую помощь травмированному атлету, пусть даже очень редко, как правило, не является врачом или медработником. Из этого утверждения вытекает необходимость того, чтобы каждый спортивный работник знал, что он может и должен сделать в случае необходимости. А также он должен знать, что нельзя делать никоим образом, так, чтобы его усердная работа по оказанию помощи не явилась пагубной для последующего развития или, в тяжелейших случаях, для самой жизни травмированного.

Необходимо сосредоточить внимание на том, что сохранение благополучия организма атлета может зависеть только от своевременности, и особенно от правильности вмешательства, что должно возложить ответственность на каждого работника.

Тот, кто понимает, читая правила оказания первой помощи, что его подготовка недостаточна, не колеблясь получит необходимые сведения и по возможности посетит курсы оказания первой помощи.

НОРМЫ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ СПОРТИВНОЙ ПОМОЩИ

Срочность: слово, означающее быстрое вмешательство.

Компетентность: необходимая составляющая для оказания отличной помощи.

Организация: завершение тщательной подготовки.

На этих ключевых пунктах полностью построена работа сектора медицинской помощи в спортивной сфере, касающаяся атлетов и/или зрителей в тяжелых случаях.

Сегодня не приходится говорить об импровизации или доброй воле тех, кто находится на этом посту.

Сознавая необходимость иметь во всех случаях высочайший квалификационный уровень предоставляемой помощи, были созданы организации и структуры, способные профессионально вмешаться в события в течение нескольких минут.

Однако всегда остается открытой проблема вмешательства в первые минуты или же настоящего «спасения» в особых случаях.

Поэтому необходимо готовить независимую медицинскую службу, соответствующую спортивному уровню и возрасту участников, которая бы учитывала существующую территориальную медицинскую организацию.

Таким образом, организация, которая бы умела противостоять любым возможным сценариям встреч на игровом поле, начиная с готовности соответствующего медицинского зала, снабженного соответствующим медицинским оборудованием для оказания любой первой помощи, имеющегося персонала, если не профессионалов, то, по крайней мере, знающего правила оказания первой медицинской помощи.

Желательно всегда иметь в наличии персонал, знающий должностные инструкции по оказанию помощи и умеющий применять их на практике

ПЛАНИРОВАНИЕ СООТВЕТСТВУЮЩЕЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ВО ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Для планирования соответствующей медицинской помощи необходимо всегда иметь в виду следующие аспекты:

- количество участников;
- количество зрителей;
- возраст атлетов;
- наличие оборудования для оказания первой помощи;
- наличие определенных средств связи;
- расположение спортивного объекта или штаб-квартиры мероприятия;
- расположение (расстояние) ближайших больниц;
- расположение машин скорой помощи на территории и их готовность.

СЦЕНАРИИ СЛУЧАЕВ НА ИГРОВОМ ПОЛЕ И СООТВЕТСТВУЮЩИЙ ПРОТОКОЛ ВМЕШАТЕЛЬСТВА

Существует два сценария возможных случаев на игровом поле и использование соответствующих протоколов:

А) Случай с бездыханным травмированным

- оценка механизма травмы (динамика);
- выполнение В.Л.С. с АВС скорой помощи, если у травмированного остановка сердца и/или остановка дыхания (выполнение кардио-легочной реанимации);
- размещение тела травмированного в безопасном положении;
- вызов скорой помощи, информация, указания;

В) Случай с сотрудничающим травмированным

- рассказ о случившемся со стороны травмированного;
- общий осмотр травмированного;
- локальный осмотр (рана, ушиб, капсульно-связочное повреждение, перелом, кровотечение, повреждение позвоночника, травма черепа, грудной клетки, брюшной полости...);
- заставить травмированного лежать;
- размещение в безопасном положении;
- вызов скорой помощи, информация, указания;

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ, СООТВЕТСТВУЮЩЕЕ РАЗЛИЧНОМУ ЛЕЧЕНИЮ

Любая спортивная организация должна иметь следующие наборы для оказания первой медицинской помощи:

Набор «ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ»

- материалы для очистки ран травмированного и рук спасателя
- резиновые перчатки
- медицинский пластырь
- пластырь в рулоне
- перекись водорода
- сумка для медикаментов

Набор «ИММОБИЛИЗАЦИЯ»

- хомут
- иммобилизаторы для верхних конечностей и для нижних конечностей

Набор «РЕАНИМАЦИЯ»

- маска для реанимации.

Другие

- термическая простынь
- охлаждающий спрей
- пакет для готового льда
- эластичные бинты различных размеров

**ДОЛЖНОСТНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ИНСТРУКЦИЯ
«СПОРТИВНОГО» СПАСАТЕЛЯ**

(свидетель случая травмы)

Каждый спасатель должен быть в состоянии:**- осмотреть травмированного в случае:**

- остановки сердца и/или дыхания, черепной травмы, костномозговой травмы, состояние шока.

- задействовать V.L.S. затем ABC;

- **правильно расположить больного:** а) немного приподнять травмированного, лежащего на спине, и подтолкнуть его под предплечья, 2) приблизить соответствующую ногу к ягодице, 3) взять противоположные плечо и бедро и притянуть травмированного к себе, 4) потянуть наружу руку, захватив ее за локоть, 5) согнуть голову назад и повернуть лицом к земле, 6) подложить пальцы руки под щеку.

- **выполнить противошоковые действия:** а) положить травмированного на спину, б) поднять нижние конечности под прямым углом, в) держать нижние конечности в этом положении непродолжительное время, г) разместить их постепенно в наклонном положении на подпорке (на опрокинутый стул).

- установить иммобилизаторы на нижние/верхние конечности и закрепить;

- произвести мероприятия, направленные на остановку внешнего кровотечения;

- обработать и перевязать рану.

ПОМОЩЬ НЕ ПОДГОТОВЛЕННОГО СПАСАТЕЛЯ

В случае отсутствия на спортивном поле персонала, способного выполнить должностную инструкцию по оказанию первой помощи:

- воздержаться от любого перемещения травмированного

(не причинить ущерба перед тем, как спасти)

- успокоить травмированного;**- взять на себя обязанность лидера по оказанию первой помощи**

(управлять действиями и отдавать решительные приказы, вызвать спасателей, удалить любопытных, выполнять необходимые действия).

V.L.S. С ПОЛЕДУЮЩИМ A.B.C.

Это последовательность, которая помогает нам быстро оценить жизненные параметры и одновременно ликвидировать потенциально опасное состояние, выполняя действия кардио-легочной реанимации:

А) Оценка состояния сознания и воздушных путей

- Позвать громко, легонько потряся травмированного;
- Заставить сказать цифру 118;
- Положить травмированного на жесткую поверхность, расположив его тело ровно и обнажить грудную клетку;
- Оттянуть голову (приподняв подбородок двумя пальцами и надавить на лоб ладонью руки);
- Проверить, открыты ли воздушные пути;

В) Оценка дыхательной деятельности (Breathing)

- Провести G.A.S. x 10 сек. (Смотреть, Слушать и Чувствовать);
- Убедиться, в состоянии ли он назвать цифру 118;
- Сделать два вдоха (2 сек.);
- Контролировать расширение грудной клетки.

С) Оценка сердечной деятельности

- Проконтролировать наличие сердечной деятельности в течение 10 сек.;
- Найти реберную точку (один палец на вершину грудины);
- Нажать на грудную клетку быстро 15 раз;
- Сделать 2 вдоха;
- Выполнив 4 цикла, заново проконтролировать, начал ли пациент дышать, и появились ли признаки циркуляции крови;
- При отсутствии признаков возобновления дыхания, продолжать реанимацию.

Помнить: продолжать реанимацию до прибытия врача, или до тех пор, пока не устанет и поэтому будет уже не в состоянии продолжать.

ЭКСТРЕННАЯ И НЕОТЛОЖНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ И ТРАВМОТОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

Ниже в этом разделе схематично представлены экстренная и неотложная помощь, которые можно оказать на спортивном поле.

ЛИПОТИМИЧЕСКИЙ КРИЗИС (потеря сознания, обморок)

Неожиданная слабость с тенденцией к кратковременной потере сознания, возникающая из-за недостаточного наполнения кровью сосудов головного мозга.

Симптомы: неожиданный упадок сил, бледность, головокружение, холодный пот, отсутствие реакций.

Причины: низкое давление, переутомление, жара.

Опасности: ранения при падении, новая потеря сознания из-за слишком быстрого подъема.

Первая помощь: приподнять нижние конечности, расстегнуть все, что стягивает, контролировать биение сердца и дыхание, после восстановления сознания подождать десять минут перед тем, как снова вернуть его в сидячее положение, если он без сознания, то придать телу правильное положение.

ТЕПЛОВОЙ УДАР

Повышение температуры тела с прекращением потения вследствие отсутствия потоотделения.

Симптомы: кожа горячая, головная боль, головокружение, краснота лица, дыхание с одышкой, прекращение потоотделения, судороги в мышцах, жажда, понос (иногда), учащенное сердцебиение.

Причина: душная погода, пребывание в местах, переполненных народом.

Опасность: потеря сознания, кома.

Первая помощь: перемещение в прохладное место, посадить или уложить, мешок со льдом на голову, побрызгать холодной водой, расстегнуть все, что стягивает, контролировать биение сердца и дыхание, если он без сознания, придать телу правильное положение.

СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

Чрезмерный перегрев кожи с раздражением мозговой оболочки.

Симптомы: обильное потоотделение, всегда очевидная бледность, головная боль, головокружение, легкое напряжение в области затылка, путаница в мыслях.

Причины: прямое воздействие солнечных лучей.

Опасность: прогрессивная потеря сознания, состояние шока.

Первая помощь: положить в тень, расстегнуть, все, что стягивает, мешочек со льдом на лоб, если он без сознания, придать телу правильное положение.

БОЛИ В ЖИВОТЕ

Неожиданный сильный приступ болей в животе.

Симптомы: боль в боку, иррадирующая в пах и в спину (почечная колика), боль в правом боку, иррадирующая в другие отделы живота и правое плечо (колика желчного пузыря), боль в нижних отделах живота справа, обостряющаяся при ходьбе (аппендицит).

Причины: почечнокаменная болезнь, желчнокаменная болезнь, резкое воспаление.

Опасность: ухудшение, шок.

Первая помощь: создание покоя, не давать никаких лекарств, запретить прием пищи, воды и курение, госпитализация.

СУДОРОГИ

Воспаление оболочек головного мозга

Симптомы: начинается с крика или кратковременной остановки дыхания, неожиданного падения, вздрагиваний и сильных сокращений, челюсти сжаты, пена изо рта, синева кожи из-за трудности дыхания.

Причины: общее эпилептическое состояние, воспалительный процесс.

Опасность: ранения об острые края, мебель...

Первая помощь: не пытаться задержать конечности во время конвульсий, основное внимание на то, чтобы не поранился, придать телу, если это возможно, правильное положение, оставить кого-то возле больного, госпитализировать.

ГИПОГЛИКЕМИЧЕСКИЙ КРИЗ

Снижение нормального значения уровня глюкозы в крови.

Симптомы: чувство растущего недомогания, неожиданный голод, сопровождаемый тошнотой, прострация, обильное потоотделение, чувство холода, сужение зрачков, сокращение мышц (иногда).

Причины: диабет, чрезмерная физическая нагрузка.

Опасность: конвульсии, потеря сознания, шок.

Первая помощь: давать подслащенную воду каждые десять минут, госпитализировать в случае осложнения.

СОТРЯСЕНИЕ ГОЛОВНОГО МОЗГА

Более или менее продолжительная потеря сознания вследствие сотрясения головного мозга.

Симптомы: кратковременная потеря сознания, головная боль, путаница в мыслях, амнезия, сонливость, вялость, рвота, нарушение зрения, урежение сердцебиения.

Причины: травма черепа.

Первая помощь: положить на спину, если есть рвота – то на бок, мешочек со льдом на голову, не давать пить (если травмированный в сознании); контроль сердцебиения и дыхания, госпитализация.

ТРАВМА ЖИВОТА

Закрытое повреждение живота

Симптомы: боли и кровоподтеки (ушиб); боли и стойкое сокращение мышц живота, невозможность принудительного вдоха (перфорация какого-то органа); боли и изменение пульса и давления (картина внутреннего кровотечения).

Причины: прямой удар в живот или последствия падения.

Первая помощь: поддерживать в расслабленном состоянии живот, подложив подушку под колени, контролировать пульс, не давать пить, тело содержать в тепле, заставить помочиться, госпитализировать.

ТРАВМА ГРУДНОЙ КЛЕТКИ

Закрытые повреждения грудной клетки.

Симптомы: боли, относящиеся к ограниченной области, акцентированные на вдохе или после приступов кашля.

Причины: прямые удары.

Опасность: пневмоторакс (попадание воздуха в область плевры); нестабильная грудная клетка с последующим повреждением легочной паренхимы; гемоперикард, аритмия вплоть до фибрилляции.

Первая помощь: госпитализация.

РАНА

Повреждение любой точки кожи, характеризуемое разрывом.

Симптомы: боль, линейный или рваный разрез.

Опасность: кровотечение, инфекции (проверить есть ли противостолбнячное покрытие).

Первая помощь: очистить рану, забинтовать, оценить необходимость наложения шва в зависимости от глубины, размеров и места.

КРОВОТЕЧЕНИЕ

Более или менее обильная потеря крови из кровеносных сосудов или в результате разрыва стенок сосудов.

Симптомы: кровь ярко красного цвета и бьет струей (артериальное кровотечение); кровь темно-красная и бьет с небольшой силой (венозное кровотечение).

Причины: травма с ранением, травма с переломом.

Опасность: геморрагический шок.

Первая помощь: зажать кровоточащую рану, в случае артериального кровотечения прижать артерию, кровоснабжающую травмированную область, выше места ранения, с силой прижимая ее к кости.

ТРАВМА МОШОНКИ

Травматическое повреждение района мошонки.

Симптомы: отек яичек.

Причины: прямой удар.

Опасность: разрыв яичек.

Первая помощь: мешочек со льдом на область мошонки, госпитализация.

ПОВРЕЖДЕНИЕ ГЛАЗ

Травма глазного яблока и смежных с ним органов.

Симптомы: отек век, гематома («черный глаз»), конъюнктивальный застой крови.

Причины: прямые удары.

Опасность: внутриглазное кровотечение, вывих кристаллика, отслоение сетчатки.

Первая помощь: применение мешочка со льдом, закрыть глаз, госпитализация.

УКУСЫ НАСЕКОМЫХ

(пчелы, шершни, осы).

Повреждение, вызванное укусом в ротовой полости.

Симптомы: моментальный отек слизистой оболочки рта и языка.

Причина: укус.

Опасность: удушье.

Первая помощь: заставить постоянно сосать лед, госпитализировать; яд пчел (кислота) нейтрализуется натиранием разбавленным раствором аммиака, яд осы (щелочь) - укусом и лимонным соком.

НОСОВОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

Потеря крови из слизистой оболочки носовой полости.

Симптомы: вытекание крови из ноздрей, которая может дальше пойти в носоглотку и быть проглочена.

Причины: травма носа, а также без определенной причины в детском возрасте.

Опасность: шок.

Первая помощь: запрокинуть голову, открыть рот, чтобы лучше дышать, зажать ноздри, заткнуть нос, холодная примочка на затылок.

КРОВОТЕЧЕНИЕ ИЗ УХА

Потеря крови из наружного слухового прохода.

Симптомы: слабое выделение крови из слухового прохода.

Причины: травма черепа.

Опасность: перелом основания черепа.

Первая помощь: не останавливать кровотечение тампоном, придать телу правильное положение, положить мешочек со льдом на голову, срочная госпитализация.

ОБШИРНЫЙ ИНФАРКТ МИОКАРДА

Некроз (омертвление тканей) миокарда вследствие развития диспропорции между потребностью и притоком кислорода.

Симптомы: сжимающие боли в грудной клетке в районе грудины с возможной иррадиацией в плечо, часто в левое, в надчревную область. Тревога, потоотделение.

Причины: изменения в коронарном кровообращении.

Опасность: отек легких, кардиогенный шок.

Первая помощь: успокоить, немедленная госпитализация.

ТРАВМА ПОЗВОНОЧНИКА

Повреждение позвоночника.

Симптомы: сильная боль, отек поврежденного участка, потеря чувствительности.

Причины: падения, вызывающие вывихи, перелом позвоночника.

Опасность: повреждение спинного мозга, шок.

Первая помощь: никуда не перекладывать, не допускать никаких движений, поддерживать голову, немедленно вызвать скорую помощь.

ПОВРЕЖДЕНИЕ МЫШЦ

Повреждения от прямых или косвенных травм.

Симптомы: локальная боль, местный отек, функциональные нарушения, мышечные спазмы.

Причины: растяжение, удары.

Опасность: кальциноз.

Первая помощь: мешочек со льдом, компресс с повязкой, иммобилизация.

ПОВРЕЖДЕНИЕ СУСТАВОВ

Повреждение вследствие травмы, вызывающей растяжение или разрыв капсульно-связочного аппарата, иногда вывих (теряется постоянная связь между головками суставов).

Симптомы: околосуставной отек, гемартроз, боль при движении в суставе и при нагрузке, неустойчивость.

Причины: излишние нагрузки сверх нормальной гибкости.

Опасность: постоянная усталость связок.

Первая помощь: убрать нагрузку на сустав, мешочек со льдом, эластичная повязка, придать возвышенное положение конечности, в случае вывиха госпитализировать.

ПОВРЕЖДЕНИЕ СУХОЖИЛИЙ

Частичный или полный травматический разрыв волокон сухожилия.

Симптомы: неожиданный «щелчок», сопровождаемый острой болью, отек и кровоподтек, невозможность осуществлять движения, требующие целостности поврежденного сухожилия и его мышцы.

Причины: сильный вывих, из-за энергичного сокращения мышц.

Опасность: ухудшение.

Первая помощь: мешочек со льдом, поддерживать конечность разгруженной, немедленная иммобилизация, госпитализация для оценки состояния.

ПЕРЕЛОМЫ

Травматическое повреждение костей.

Симптомы: сильная локализованная боль, возрастающая в месте перелома, нарушение функций, хруст костей при движении.

Причины: непосредственные и косвенные сильные травмы, резкие и сильные вывихи, сдавление.

Опасность: шок.

Первая помощь: иммобилизация поврежденной части, мешочек со льдом, госпитализация.

КАТЕГОРИЯ «МАЛЕНЬКИЕ ДРУЗЬЯ»



Это название включает в себе философию, обращающую особое внимание на тип деятельности, приближенный к детям, полный большого моторного, эмоционального и социального опыта для ребенка, решившего заняться футболом, и с его помощью желает узнавать новое, учиться, играть.

6. КРАТКАЯ ПСИХОМОТОРНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РЕБЕНКА 6 – 8 ЛЕТ И ЕЕ СВЯЗИ



Итак, 49% детей в возрасте от 6 до 10 лет и 10,3% школьников с 3 по 5 класс играют в футбол постоянно (статистика 2002 г.). Эти данные показывают, что в начальной школе большинство детей избирает для занятия этот вид спорта. Поэтому большая ответственность лежит на спортивных работниках, работающих в футбольных школах, так как около половины итальянских ребят записывается в одну из них.

6.1. КАК ДУМАЮТ ДЕТИ 6 – 8 ЛЕТ



Футбол требует от детей особого познавательного усердия и нуждается в способности понимать точку зрения другого. Процесс моторного прогнозирования основывается на наличии умения предвидеть то, что наш противник сделает плохо, однако у детей этого возраста с этим возникают трудности. Применение этого умения необходимо в командном виде спорта, вовлекающем многих игроков, которые должны действовать сообща, следуя одной общей стратегии ответа на действия противника.

Трудности детей до 8 лет очевидны любому наблюдателю: видно как все бросаются преследовать мяч, забыв о своих ролях, которые были предписаны им до этого. Исследования подтвердили, что способность понимать перспективу других формируется полностью в возрасте от 8 до 10 лет. В связи с этим, мысль о возможности оставить футбольную деятельность появляется в случаях, когда тренеры и родители ожидают от ребенка большего, чем он достиг в своем познавательном развитии. В таких ситуациях дети могут испытывать значительное разочарование и чувствовать себя неценными и непонятыми взрослыми, требующими от него выполнения задач, которые являются сложными для его теперешних способностей. Альтернатива тому: родители и тренеры не должны беспокоиться, если дети ведут себя как пчелы, летающие все вместе вокруг меда, а должны стимулировать рост воодушевления у детей и удовольствия от движения. Другим важным познавательным аспектом является понимание детьми причин и результатов действий. Другими словами, что является причиной, например, преобладания одной команды над другой, или что является причиной развития способностей одного товарища по сравнению с другим? Будучи взрослыми, мы отдаем себе отчет в том, что успех или неудача могут зависеть от многих различных аспектов (например, усердие, удача, личные способности, трудность решаемых задач или лучшие способности других), однако у детей эта мысль является недоступной для понимания, они не могут осознать это в начальной школе. Исследование показало, что до 10 – 12 лет юноши не умеют точно выделить эти факторы, только отдельные умения определяют успех всей команды и его составляющие.

Сначала детей привлекает в основном поощрение и возможность развлечься, и только в последующем развивается более сложное представление об игре. Уже с 5-летнего возраста дети начинают сравнивать свои умения с умениями товарищей, однако почти до отрочества очень незначительной является взаимосвязь между восприятием детей их способностей и оценкой их реальных умений, развитых тренерами.

6.2. РОЛЬ ВЗРОСЛЫХ



Взрослые играют основную роль в поддержании постоянного интереса у детей к игре в футбол. Как и в любой новой ситуации, начальный этап деятельности является очень важным, так как определяет основы ее будущей организации. Поэтому с самого начала деятельность должна сильно заинтересовать детей. Она должна удовлетворять их желание двигаться, развлекаться, быть вместе со своими сверстниками и быть разнообразной. Нет надобности наводить на них скуку продолжительными объяснениями о том, что нужно и можно делать и что нельзя. Необходимо установить небольшое количество простых правил, высказанных напрямую детям, которые бы точно соблюдались.

На этом возрастном этапе дети определяют спортивные способности как результат усердия, но часто не применяют это, так как не знают, что именно надо делать. Всем взрослым, находящимся в контакте с маленькими футболистами, необходимо в первую очередь способствовать их усердию. Вследствие того, что большей части ребят нравится играть с другими товарищами и бегать за мячом, это пристрастие к игре необходимо поддерживать и оценивать. В таком положительном климате даже наименее уверенные и менее открытые дети стараются заслужить доверие тренера, хотят подражать другим своим более открытым товарищам-экстравертам, уверенно развлекаясь и знающим, что их не будут ругать за техническую ошибку. Некоторые дети делают это робко, стараясь постепенно взять инициативу на себя, другие, наоборот, впечатляют своим взрывным характером и неумением управлять своей физической энергией, но постепенно и они учатся контролировать себя. В этом периоде тренер должен хвалить за улучшения, своевременно исправлять технические умения и способствовать развитию усердия, в то время как другие взрослые, например, родители, должны в основном поддерживать эмоциональную опору усердия ребят. Им не нужно вдаваться в сущность технических действий, а передавать своим детям удовольствие оттого, что дети развлекаются, играют на свежем воздухе и знакомятся с новыми друзьями. И наоборот, они должны волноваться, если дети не развлекаются или если у них нет желания возвращаться на поле в следующий раз. Особенно находясь вне пределов поля, они не должны останавливаться на том факте, ошибся или сделал правильно их сын, а смотреть на то, взаимодействовал ли он с друзьями, слушал ли тренера, старался ли понять, изолировался или был среди других и так далее.

Обычной практикой является то, что родители принимают участие в жизни спортивных обществ, часто некоторые из них играют роль сопровождающих. Такие люди должны способствовать лучшему знакомству ребят друг с другом, а также знакомству родителей группы между собой и с тренером. Таким образом, сопровождающий, больше контактирующий с детьми в сравнении с другими родителями, должен быть человеком, находящимся в состоянии понимать настроение группы и отдельных ее членов, должен следить за соблюдением правил вне футбольного поля, он должен заражать детей хорошим настроением и энтузиазмом.

Сопровождающий не должен ограничиваться добровольным выполнением только роли, например, шофера, а, выполняя эту функцию, он должен быть еще и воспитателем и вести себя в соответствии с этим. Поэтому спортивное общество должно ясно объяснить: что именно оно ожидает от того, кто выполняет эту роль, и что он не должен делать никогда, например, вмешиваться в технические вопросы деятельности, являющиеся компетенцией тренера.

Говоря о детях относительно маленьких (6 – 7 лет), которые, пожалуй, первый раз за свою жизнь выполняют какую-то деятельность вне школы или без родителей, то законы спортивной жизни требуют уделить им большее внимание, чем ребятам старшего возраста. Например, в раздевалке они должны находиться одни, только вместе с инструктором или же с родителями? Этот вопрос затрагивает их независимость с одной стороны, но с другой - создается невероятный беспорядок, когда многочисленная группа переодевается. То же самое касается душа: они должны принимать его одни или в присутствии какого-либо взрослого? Обычно дети этого возраста находятся не одни: в начальной школе дети кушают в присутствии учителей. В раздевалках должны находиться родители, чтобы учить их быстро

одеваться, принимать душ и правильно складывать спортивную одежду в сумку. Если это невозможно, то должно быть принято следующее решение: тренер с 2-3 родителями должен сначала следить за ребятами и помогать им, например, чтобы они насухо вытерли волосы, переоделись и в других вопросах (одновременно это поможет убедить родителей в том, что раздевалка - это помещение, в котором все организовано грамотно с точки зрения гигиены), а в дальнейшем дети должны научиться оставаться одни.

Хотелось бы остановиться на девочках. Девочек, занимающихся футболом, сейчас совсем немного в нашей стране, в то время как в других странах их миллионы. Как сделать так, чтобы пробудить у них интерес к футболу? Может недостаточно просто говорить в школах и взывать к родителям, чтобы они также играли в футбол? Абсолютно точно, что это не девочки не желают играть в футбол, а взрослые не разрешают им этого.

1. ИГРА КАК ОСНОВНОЙ ЭЛЕМЕНТ ПОЗНАНИЯ НОВОГО МИРА



Без принуждения бегать за мячом, высвобождать свой моторный темперамент, играть и сравнивать себя со своими товарищами. Кроме того, что игра является любимой деятельностью детей, она служит также целям и задачам каждой футбольной школы. Для того, чтобы содействовать здоровому психомоторному развитию, основной моделью деятельности должна стать концепция о предпочтении игры, сравнения и исследовательской деятельности.

Катящийся, причудливо отскакивающий мяч всегда пробуждает детское воображение и представляется им чем-то волшебным, захватывающим.

Взрыв восторга, наблюдаемый нами во время игры группы ребят, лихорадочно гонящихся за мячом и стремящихся сломить сопротивление противника для того, чтобы достичь ворот и забить гол, удовлетворяет естественные инстинкты и потребности человеческого существа.

Отталкиваясь от этого утверждения, можно заключить, что деятельность, которую мы организуем в этом возрасте, должна стать именно игрой.

Это утверждение затрагивает тему недостаточного моторного наследия новых поколений, проявляющееся в детской спортивной деятельности. В эру информатики, видеоигр, в силу ограниченности жизненного пространства и уменьшения стимуляции развития определенных зон коры головного мозга, отвечающих за моторные способности, наши дети начинают играть в футбол, не имея соответствующей моторной базы, на которой должны строиться будущие спортивные достижения.

Поставив целью ликвидацию дефицита движения и создание стабильной основы, на которой будут строиться спортивные успехи, тренер футбольной школы испытывает трудности методического порядка в выборе деятельности, направленной не только на игру - матч, или основанной на предпочтении использовать мяч, но являющуюся также многоцелевой и многосторонней, направленной на пробуждение моторных зон, мало- или не стимулированных вообще до этого.

Предлагаемые рекомендации показывают путь по восстановлению, хотя бы частично, моторного дефицита. С другой стороны это удовлетворяет природное желание ребенка расширять свои знания, получать новые ощущения, удовлетворять свое любопытство и общаться с окружающей средой посредством мяча.

7.1. ПРИМЕР СОСТАВЛЕНИЯ ПЛАНА В КАТЕГОРИИ «МАЛЕНЬКИЕ ДРУЗЬЯ»



Рассматриваемый пример составления плана является частью модели деятельности, организованной в Футбольной школе ИФФ Рима, для «Маленьких друзей» первого уровня 6 – 7 лет.

Упражнения - игры, предложенные в первом цикле годовой деятельности (октябрь – ноябрь – декабрь), должны включать в себя деятельность, направленную на совершенствование схемы бега (таблица 1).

Некоторые из предложенных видов деятельности (таблица 2) позволяют производить постепенный перевод моторной способности к бегу в концепцию умения (основа техники: ведение мяча), развиваемую в основном в игровом виде посредством осуществления исследовательского процесса, подражания, проб и ошибок.

- бег медленный/быстрый
- слалом
- бег с большим/маленьким мячом
- бег между передачами
- сочетать движения бега с другими схемами базового движения (моторные цепочки)
- бег с частыми остановками и изменениями направления
- свободное ведение мяча, контролируя пространство

Таблица 1 – Предложенные виды деятельности для развития базовой моторной схемы «Бег».



«Группа Маленьких Друзей при работе с инвентарем, предназначенным для Футбольных Школ»

При этом происходит соответствующее понимание поставленной технической задачи (ведение мяча); отсутствие вмешательства и внешней обратной связи (тренер, исправляющий движение, делает неправильно) слишком ново, оно способствует конкретизации моторного задания, соответствующего возрасту.

Часто немедленное исправление технического действия оправдывается боязнью того, что возможные ошибочные автоматизмы будет трудно устранить в последствии. При этом забывают о том, что ребенок находится на этапе исследования, ему необходимо понимать и приспосабливать к собственному динамизму тела предмет, который, даже если и

захватывает, все равно является для него посторонним по физической форме и качеству. Поэтому любое «аналитическое» вмешательство будет ребенком учтено, но не понято (вы забыли, что им только 6-7 лет?), тормозя, таким образом, обучение новым формам движения.

- ведение мяча по простым геометрическим фигурам: по квадрату, размещение на более длинной или короткой стороне прямоугольника или трапеции и т.д.;
- параллельное соревнование по слалому;
- ведение мяча в лабиринте;
- 4 цветных ворот (Рис. 1);
- заминированное поле (Рис.2);
- отнимание мяча (Рис. 3).

Таблица 2 – Предложенные виды деятельности: от моторного поведения (бег) до технического умения (ведение).

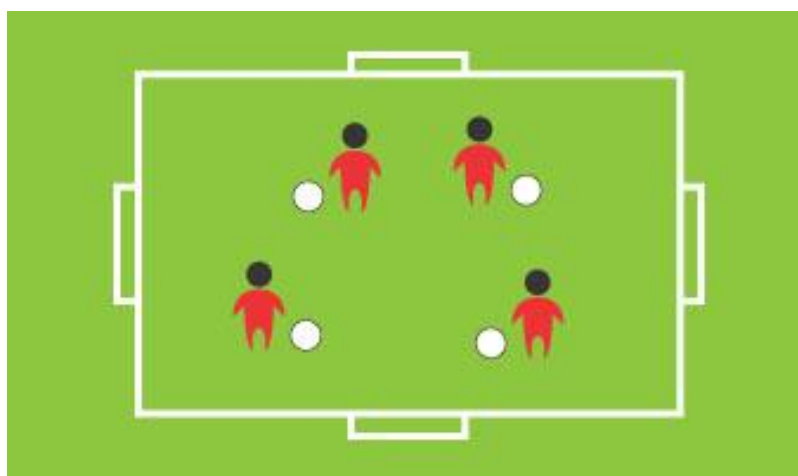


Рисунок 1 – игра в четверо цветных ворот: по сигналу тренера определенным цветом 4 игрока на поле размером 20 x 15 м² стараются вести мяч в небольшие цветные ворота по 3 м шириной, расположенные в центре каждой стороны.

Другой вопрос, который необходимо включить в процесс обучения, связан с прикладным выражением элемента ведения: всегда поддерживая тесную и постоянную связь с мячом, управление им в неясной среде приводит к адаптации в координационном плане. Определенное предложенное упражнение в ситуативном плане является игрой, называемой «таможенник» (рисунок 4), где 3 или более игрока с мячом стараются преодолеть определенную линию (границу), защищаемую одним игроком, который должен их перехватить, т.е. коснуться мяча противника.

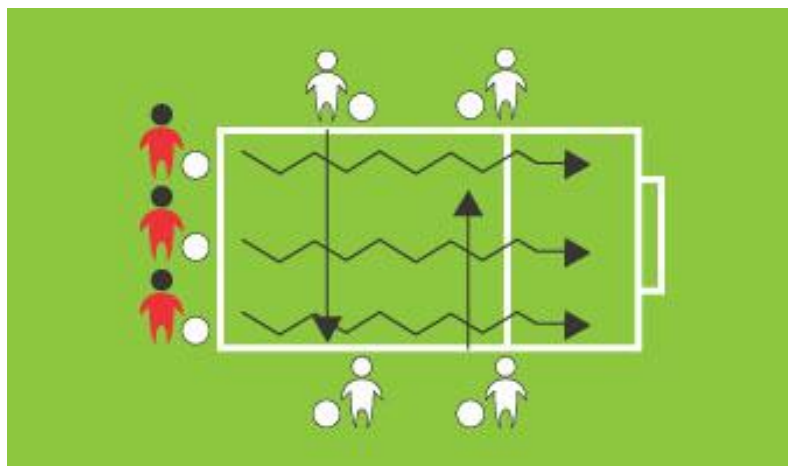


Рисунок 2 – Минное поле: на поле размером 25 х 15 м² ребята в красных майках стараются привести мяч к линии удара, расположенной на расстоянии 8 м от ворот, ширина которых 3 м., расположенных в центре меньшей стороны. На больших сторонах парами расположены 4 игрока противника, которые, стоя один напротив другого, бьют по мячу, стараясь попасть в атакующих, а те, в свою очередь, должны вернуться назад при попадании в них. Побеждает команда, которая в течение установленного времени забьет больше голов.

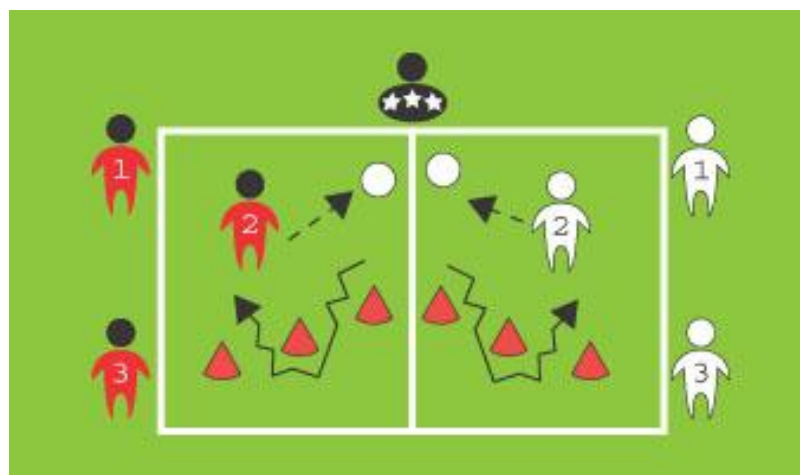


Рисунок 3 – Отнимание мяча: две команды учеников, пронумерованных в порядке возрастания, располагаются одна напротив другой на расстоянии десяти метров от двух мячей, положенных в центре (по одному для каждой команды). По сигналу тренера или мальчика, который называет номер, соответствующие ребята (по одному из команды) должны бежать, чтобы первыми захватить мяч, вести его по маршруту и привести его на исходную линию. Побеждает команда, которой удалось первой достичь счета, установленного тренером. Варианты: забивать голы в одни из ворот; использование только одного мяча.

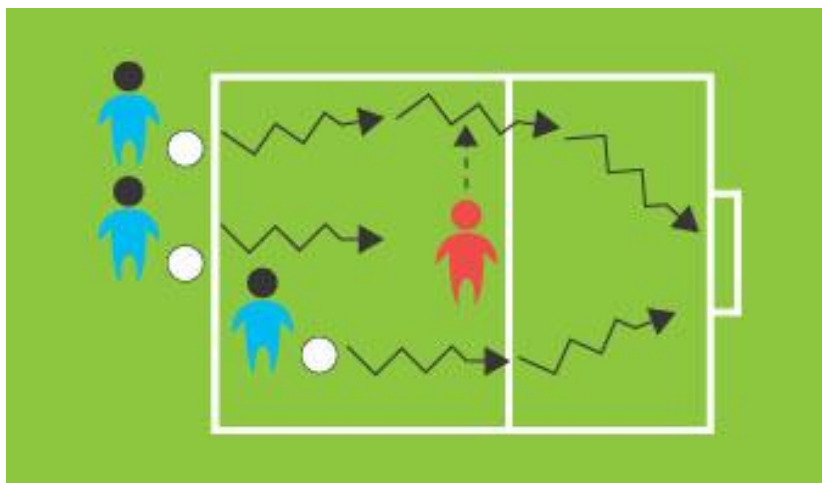


Рисунок 4. – Таможенник.

Задачей тренера является уловить в поведении ребят незначительные нюансы, которые заставят его в будущем изменить пространство и количество игроков для того, чтобы игра стала легче/тяжелее, проще/сложнее по отношению к приобретенному уровню способностей. Сочетание движения бега с ударом по воротам, сначала пустым, а в последствии защищаемым вратарем, является составным элементом игры «Король штрафных ударов» (рисунок 5). Здесь мы сначала можем выделить различные степени трудности выполнения ребятами условий этой игры из-за несовершенного и неумелого движения, выполняющегося в «примитивном виде» (здесь не нужно делать прямое исправление: делай так), ибо впоследствии это организуется в более эффективную и экономную форму.

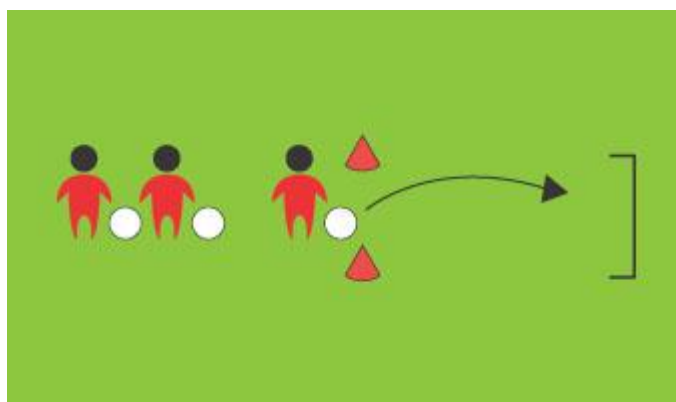


Рисунок 5 – Король штрафных ударов: ребята совершают серию ударов по воротом с предварительно установленного расстояния. Парень или ребята, которые в результате серии ударов забили голов больше других, получают титул «КОРОЛЬ штрафных ударов».

Варианты: игра может развиваться последовательно, с участием вратаря, роль которого, по очереди, выполняют все ребята.

Моторное поведение, основная тема второго цикла годовой деятельности (декабрь – январь – февраль), связано с выполнением действия удара/броска мяча, стимулированного посредством ряда упражнений (таблица 3), способствующих постепенному функциональному развитию каналов восприятия координации, требуемых в последствии для выполнения моторных маршрутов.

Применение цветов является стимулирующим фактором для деятельности и способствует значительному воздействию на зрительные анализаторы системы, призванной кодировать входящие оптические сигналы:

- выбирать удар или бросок мяча в зависимости от цветных мишеней,
- использовать разноцветные мячи,

- игра в боулинг, выполняемая как руками, так и ногами;
- игра в бутоны;
- игра в гольф;
- действия по простому перебрасыванию легких и больших мячей;
- удар по мишени (рисунок 6).

Таблица 3 – Предлагаемые виды деятельности для развития моторного поведения «Удар/Бросок».

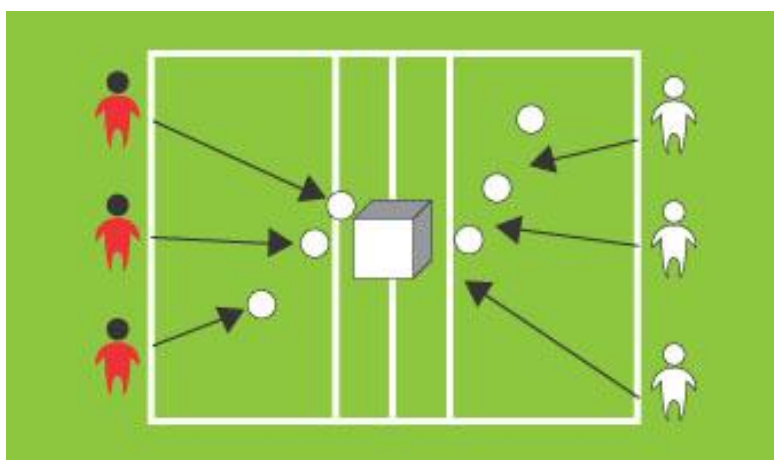


Рисунок 6 – Порази мишень: ребята, расположенные по краю поля, должны поразить мишень (короб или другую большую мишень): побеждает команда, которой удалось передвинуть мишень на поле другой команды. Мячи, остановившиеся в самом центре поля, могут быть возвращены назад на линию поля и пущены в игру. Можно использовать больше мишеней или предусмотреть попадание в мишени, бросая мячи руками.

- бить по разноцветным мячам, в нору/ворота того же цвета.

Понятно, что в этом втором цикле деятельности нельзя забывать упражнения, предлагаемые в первом: бег, основная цель предыдущего периода, или, например, действия 1 против 1 в игре в таможенника преподаватель может изменить, сократив количество нападающих.

Можно найти функциональные сочетания между движениями бега/ведения мяча и ударом/броском:

- пасс самому себе и удар по воротам;
- бег и удар;
- ведение мяча и удар.

Упражнения/игра, составляющие в этот период ситуационный комплекс, представляют действия 1 против 1 с возможностью привлечения товарища для преодоления противника, находящегося на определенной линии.

Предложенные матчи организуются с использованием схемы 3 против 3 с небольшими воротами, с численным превосходством 2 против 1 в зоне атаки, чтобы развивать способность действовать в команде (это еще не основная задача) и позволить таким образом ученику, владеющему мячом, ознакомиться с некоторыми предпосылками коллективной

игры, для того, чтобы его индивидуальные умения стали более функциональными и уместными.

Ребенок 6 – 7 лет имеет целью своего поведения исключительно владение мячом, большая часть его движений предназначена для передвижения и овладения мячом. Является очевидным, в отношении познавательного уровня, что вся полученная информация, обрабатываемая ребенком, связана с «пространством, где находится мяч».

- Скальп (рисунок 7);
- Громоотвод
- Три угла (рисунок 8);
- Беги и веди домой (рисунок 9);
- Незванный гость (рисунок 10);
- Таможенник;
- Забей гол и играй (рисунок 11).

Таблица 4 – предлагаемые виды деятельности для развития моторного поведения «Перемещение».

Поведение в ситуации без мяча начинается с оценки выполнения упражнения (защитник на линии в «таможеннике»), особого умения, связанного с движением прикрытия и препятствия действию по его преодолению.

В третьем цикле обучения (февраль – март – апрель) передвижение в пространстве является предпочтительным в соотношении 1 против 1, при условии, что будет изменено движение с целью овладения мячом и перемещение с целью перехвата/создания препятствия.

В таблице 4 указаны игры, где перемещение детей связано с анализом очень простой ситуации, направленной на развитие определенной пространственно-временной координации.

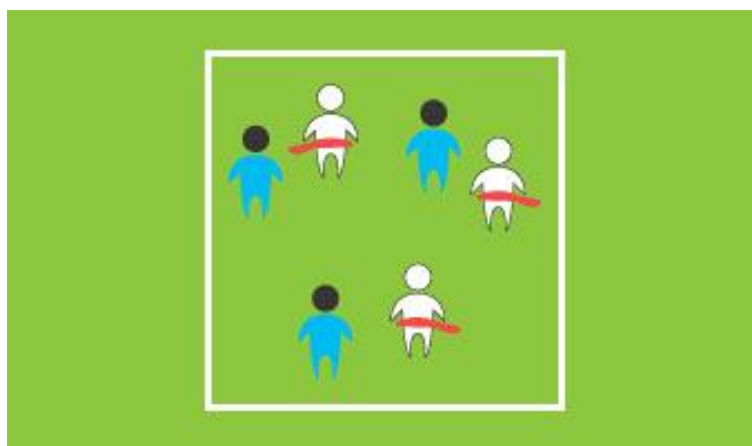


Рисунок 7 – Скальп: две группы ребят встречаются в квадрате с длиной сторон 15 м. Одна группа одета в цветные платки или повязки, повязанные сверху трусов (скальп). Ребята без скальпов должны снять их у других, носящих их. По истечении времени игры (2 минуты) команды меняются ролями. Побеждает команда, сорвавшая больше скальпов.

Варианты: обе команды имеют скальпы разных цветов; только один мальчик играет без скальпа, его меняет ученик, с которого он снял скальп.

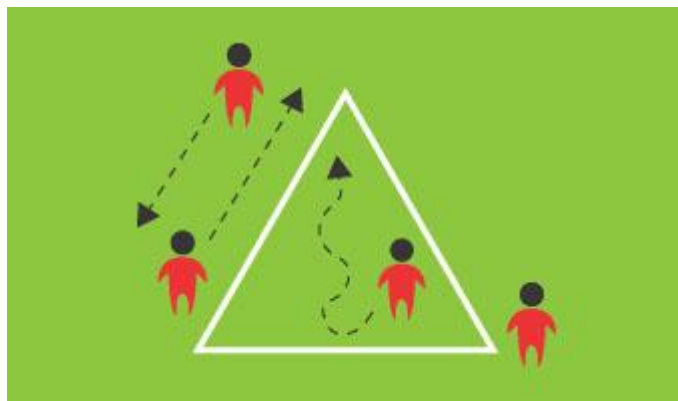


Рисунок 8 – Три угла: внутри равностороннего треугольника (длина каждой из сторон 8 м) находятся три ученика, по одному в каждом углу. Четвертый мальчик находится в центре треугольника и пытается занять освободившийся угол, покинутый другими тремя, пытающимися поменяться местами. После десяти попыток учитывается максимально достигнутая сумма баллов.

Эта форма игры требует быстрых и простых моторных ответов на визуальные или акустические сигналы и очень нравится ребятам. Тренер, который машет цветным конусом или курткой для стимулирования особого поведения (например, зеленый цвет означает, что надо бить по воротам, красный - садиться на мяч, желтый – остановить мяч подошвой т.д.), подстегивает способность реагировать на зрительный стимул, представленный различными цветами. Для особых целей может использоваться также и мяч, определяющий отбор информации и избирательную моторную реакцию.

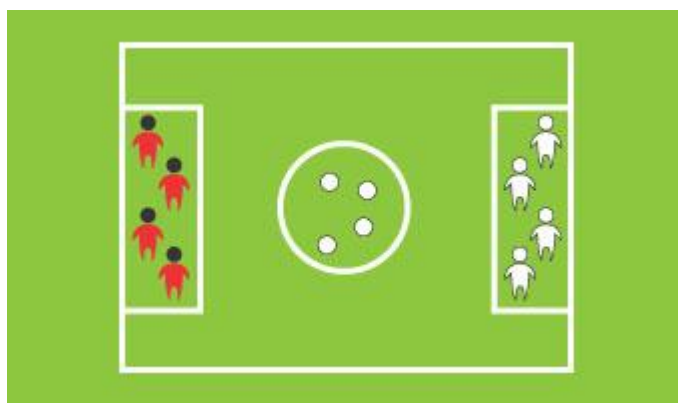


Рисунок 9 – Беги и неси домой: в определенную зону в центре поля размером 20 x 15 м² кладутся мячи, имеющие нумерацию, совпадающую с номерами членов команды. Обе команды бегут к центру, стараясь завладеть мячами и направить в соответствующий «дом». Во время ведения мяча можно препятствовать и захватывать мяч, таким образом, останется 1 против 1. Получит бал та команда, которая принесет домой больше мячей.

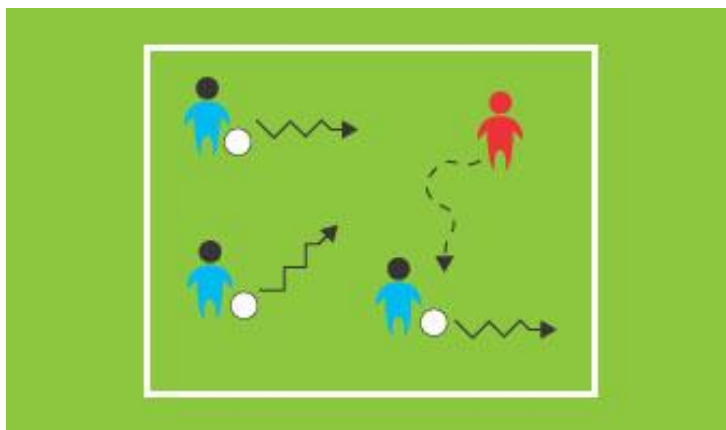


Рисунок 10 – Незванный гость: в пространстве с определенными границами группа ребят ведет мяч ногами; один парень без мяча старается выбить ногами мячи противников. Таким образом, по очереди, каждый становится «незванным гостем», победит тот, кто в предварительно установленное время (например, 30 секунд) сможет выбить из игрового пространства больше мячей.

Перемещаться с целью помочь товарищу, как мы уже видели, является идеей, еще не входящей в сознание ребенка, поэтому предлагаемое упражнение (рисунок 11) «забей гол и играй» ставит его в условие, приближающееся к сотрудничеству. Другими словами, все же признавая за ребенком ярко выраженный эгоцентризм, ситуативные упражнения начинают выработать у него простые формы коллективной игры.

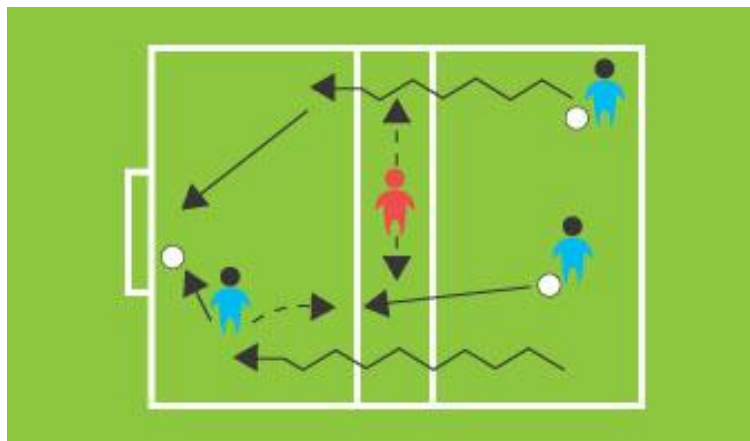


Рисунок 11 – Забей гол и играй: 3 мальчика, двое с мячом, один без мяча, на площадке, размером 15 x 10м². Ребята с мячом ведут его от линии ворот поля и после преодоления противника, находящегося в двух метрах от центра поля, забивают гол. Один из них, после того, как забил гол, может помочь товарищу, который тоже должен теперь преодолеть противника.

- Остановка мяча (рисунок 12)
- Возврат мяча
- Ручной мяч
- Мяч пленнику (рисунок 13)
- Мяч капитану (рисунок 14)
- Квадрат отрыва от противника (рисунок 15)

Таблица 5 – Предлагаемые виды деятельности для развития моторного поведения «Прием».

Соревнования в виде эстафет, моторные пробеги, стимулирующие координационные аспекты, связанные с быстротой, обогащают дидактические предложения на данный период. В последний период года ребенок начинает приобретать определенные способности. С одной стороны это является результатом практического знакомства с таким инвентарем, как мяч, а с другой стороны, познавательной структуры, которая, опираясь на него, начинает принимать во внимание другие ориентиры в пространстве.

Прием мяча должен рассматриваться, как момент положительного воздействия, и в значительной степени, как момент подготовки технического поведения (остановка).

Представленные упражнения (таблица 5) предлагают некоторые виды деятельности, которые под видом игры ставят ребенка в условия, когда он должен принять решение, какое положение принять и как вести себя в отношении приближающегося мяча.

Использование рук способствует более адекватному контролю и позволяет мальчику уделять больше внимания окружающей среде или игровому пространству.

В этот период года предлагаются небольшие матчи 2 против 2, 3 против 3. Предпочтение отдается численному превосходству в атаке: либо имеется мобильный вратарь, либо жестко организуется ситуации 2 против 1 в атаке. Игра таможенник претерпевает последующую эволюцию: при достижении второй линии, где находится другой защитник, можно сотрудничать в защите.

ПОВЕДЕНИЕ	БЕГ	УДАР	ПЕРЕМЕЩЕНИЕ	ПРИЕМ		
	МИННОЕ ПОЛЕ	УДАР ПО МИШЕНИ	БЕГИ И НЕСИ ДОМОЙ	МЯЧ ПЛЕННИКУ	ИГРА 3 ПРОТИВ 3	ВСЕГО БАЛОВ
Белки	12	3	15	5	3	38
Мышата	8	7	12	6	1	34
Волчата	10	9	3	2	4	28
Львята	6	12	4	7	3	32
Оленята	9	10	6	6	2	33
Медвежата	10	11	9	3	1	34

Таблица 6 – Игровое табло и сумма баллов в финале

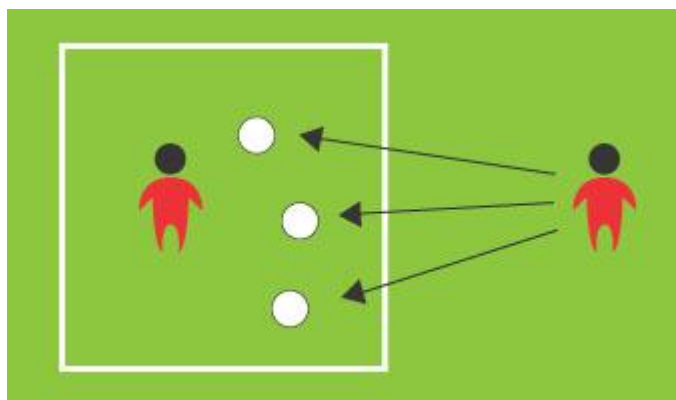


Рисунок 12 – Остановка мяча: один игрок, находящийся внутри квадрата с длиной сторон 6 м, должен постараться остановить мячи, бросаемые товарищем, располагающимся на расстоянии 8 м от квадрата. После пяти попыток учитывается количество остановленных мячей.

В июне, в качестве финального события, необходимо организовать матч, в котором команды (таблица 6) должны продемонстрировать свое умение в игре, которой в течение года

обучались ребята. Родители могут принимать участие и играть вместе со своими детьми, создавая ситуацию, когда мяч показывает всю свою «душу».

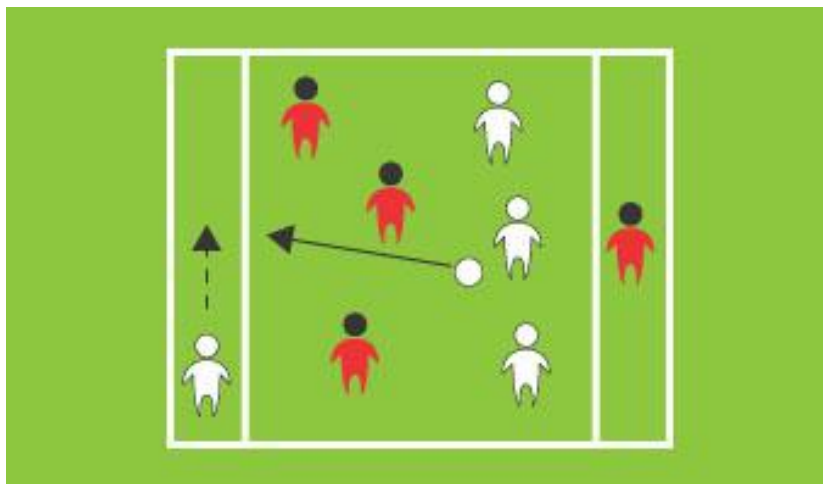


Рисунок 13 – Мяч пленнику: все ученики начинают игру внутри игрового пространства. Два ученика (по одному из каждой команды) располагаются снаружи, за очерченной линией. Победит команда, которая сможет провести большее количество мячей своему пленнику. Пленники могут меняться по очереди.

8. ПЕРВЫЙ ДЕНЬ В ФУТБОЛЬНОЙ ШКОЛЕ: ОЗНАКОМЛЕНИЕ С ПРАВИЛАМИ



Вот он, первый день в футбольной школе. Первое знакомство с фантастическим миром, состоящим из игры, желания радоваться, всегда новых открытий. Это желание забить гол или отбить штрафной мяч, однако это еще и страх встретиться с новым окружением, ошибиться при забивании такого легкого гола или не попасть по мячу. Совокупность новых сильных впечатлений, которые мы, взрослые, можем только представить себе, вспоминая о том, что тоже однажды были детьми.

Становится важным, можно сказать, основополагающим, первое знакомство с тренером и руководителем, а также секретарем, благодаря которым происходит первый активный контакт родителей и детей с Обществом, в котором ребята, вероятно, проведут наиболее важные годы своего детства.

Поэтому становится ясно, что очень важно на этом этапе поддерживать потребности ребенка и детей в целом, решивших заняться этой игрой, не для того, чтобы сделать из них великих чемпионов, а просто для того, чтобы они играли, учились и адекватно оценивали себя и своих сверстников.

На самом деле деятельность футболиста может начаться, когда ему исполнится только шесть лет, что почти всегда совпадает с началом занятий в начальной школе. Изо дня в день основная масса детей этого возраста уже посещает родную школу и сталкивается в большинстве своем с проблемой отношений в группе и правилами, характеризующими ее. Сегодня правила становятся все более важными и специфическими. Они направляют

ребенка, предъявляя свои требования, к открытию мира, окружающего его, и постепенному сотрудничеству с товарищами, которое завершит этап эгоцентризма.

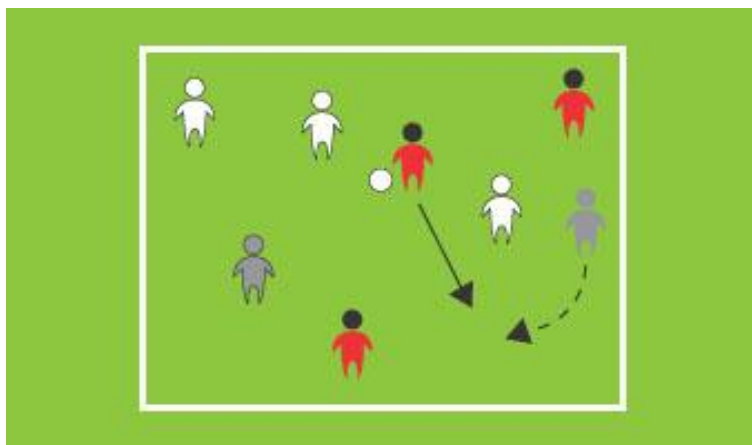


Рисунок 14 – Мяч капитану: две группы ребят играют между собой одним мячом в большом пространстве. Каждый из членов команды, по очереди, берет на себя роль капитана. Побеждает команда, которой первой удастся достичь определенного количества очков, учитывая то, что каждый пас своему капитану дает одно очко. Команда, которая в определенный момент не владеет мячом, должна вернуть его, чтобы выполнить передачу своему капитану.

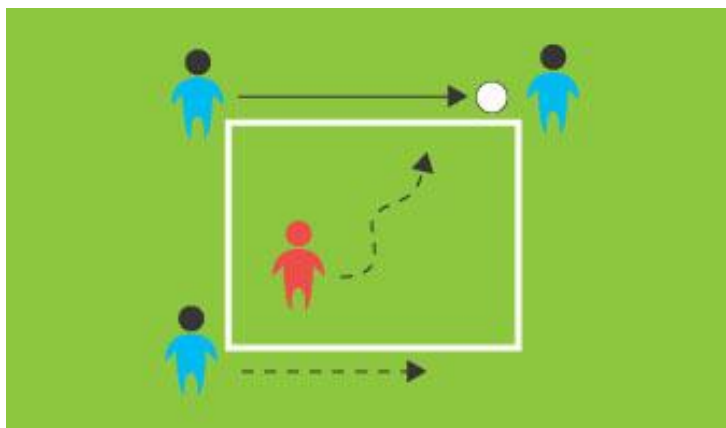


Рисунок 15 – Квадрат отрыва от противника: три игрока передают мяч, игрок, находящийся на переднем плане, имеет всегда два решения бокового паса, игрок, принимающий мяч, после того, как его проконтролировал, перебрасывает его одному из двух товарищей. Последовательно сюда вмешивается защитник.

Тренер должен быть очень чувствительным к тому, как формулировать игры и правила, ведь ребята находятся на поле для того, чтобы играть и развлекаться. Необходимо уметь слушать и оправдывать их ожидания, и в задачи, предлагаемые для выполнения, вносить возможные изменения, облегчающие задачу тренера в предложении упражнений, которые последовательно станут наиболее стимулирующими для деятельности «Маленьких друзей», развлекающихся и одновременно обучающихся, играя в футбол (и не только).

Игры и предлагаемая деятельность должны дать ребятам и девочкам возможность учиться играя, и понимать основные правила, определяющие динамику группы.

Ребенок, который становится «потерянным» в первый момент, находясь в мире, полностью новом для него, должен иметь возможность освоиться и поэтому должен иметь свободу выражаться и знакомиться с другими. Простые игры с небольшим количеством необходимых правил облегчают это первое знакомство. Тренер должен довести до них понятия игры и правила посредством простого и доверительного, основанного на симпатии, общения. В нем внимание к правилам не должно перевешивать желания соревноваться и играть. Дети никогда не должны испытывать скуку. Поэтому очень полезно, например, дать возможность детям самим определить и показать правила (всегда под руководством тренера). Тем не менее, очень важно давать детям соответствующие разъяснения по основным правилам, определяющим деятельность. Знать как и почему применяются определенные правила, способствовать росту в детях сознания, что необходимо делать и, вследствие этого, чувства ответственности, что способствует выполнению поставленных задач (как происходит, например, в позиционных играх, которые в этом возрасте занимают большое место в дидактическом планировании).

Поэтому тренер должен быть скорее воспитателем, чем тренером, больше, чем им могут быть другие специалисты, занимающиеся с базовой категорией.

8.1. ОФИЦИАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ «МАЛЕНЬКИХ ДРУЗЕЙ»



На этих основных принципах основаны и организуются спортивные встречи, главными действующими лицами которых являются «Маленькие друзья». Действительно, официальная деятельность предусматривает проведение серии встреч по футболу в каждой территориальной единице как минимум один раз за три месяца. В этих встречах принимают участие три, четыре, шесть или более Обществ, независимо от количества детей, прикрепленных к каждому посредством прикрепительного документа ИФФ (или посредством CONI, если общество признано как Центр Развития Спорта).

В ходе данных соревнований дети соперничают между собой в различных играх: футболе, народных играх, спортивных соревнованиях, но главное, они имеют возможность находиться вместе. Один из дней в течение этих состязаний организуется как праздничный, главными действующими лицами которого естественно являются мальчики и девочки, а также их родители, которым часто приходится принимать участие в каком-нибудь особом мероприятии вместе со своими детьми.

Примером такого мероприятия является «Играем вместе».

«Играем вместе» это мероприятие, которое уже несколько лет способствует тому, чтобы общества работали с этой категорией детей. Общества имеют возможность предлагать игры и мероприятия, предусмотренные в соответствии со способностями, требованиями и количеством привлекаемых детей. Это более или менее простые игры, с противником или без него и т.д. Нет недостатка в матчах с 3, 4 или 5 игроками в команде, так как матч является наиболее ожидаемым событием для детей. Все мероприятия должны обязательно предлагаться тренерами в гибкой форме, что действительно способствует тому, что маленькие ученики узнают свои слабые стороны и психо-социо-моторные способности.

Официальные встречи становятся важным образовательным моментом для маленьких учеников, которые впервые соперничают и оценивают себя в сравнении с ребятами другого общества, ощущают организационную и социальную реальность. В этом плане Юношеский учебный сектор высказывает добрые пожелания о том, чтобы эти центры стали местами возникновения хороших отношений между различными группами, которые, возможно, будут

организовывать праздники в дальнейшем, и на которые будут приглашать друзей, и что однажды в воскресенье они встретятся у себя дома...

Утопия? Абсолютно нет! Действительно многие Общества работают именно так, приглашают различные Общества одновременно, организуя встречи в автономном режиме (так называемые дружеские встречи), а для обмена информацией руководители других участвующих групп по окончании встреч организуют небольшой стол, что-то типа пикника, на который любой родитель может свободно принести то, что желает: еду или напитки.

8.2. ФУТБОЛ, КОТОРЫЙ РАЗВЛЕКАЕТ



Юношеский учебный сектор, одобряя такие мероприятия и расширяя их, организует для футбольных школ раз в несколько лет мероприятие, посвященное исключительно «Маленьким друзьям»: это национальный день «FUN FOOTBALL» - веселый футбол.

В этот праздник каждый Региональный Комитет организует одно или несколько праздничных мероприятий, проходящих одновременно по всей стране. Приглашается большое количество футбольных школ, занимающихся обучением «Маленьких друзей». Мальчики и девочки находятся на полях и площадках Комитета, различных обществ, предоставленных полностью в их распоряжение. Поэтому устраивается настоящая «ОБЩАЯ ДЕРЕВНЯ», где максимально гарантируются развлечения для детей и для взрослых.

Мероприятия предусматривают: организацию различных площадок – игр, конкурс рисунков, зоны отдыха, кино на открытом воздухе, выступление ряженых, карусели, передвижные театры (клоуны, мимы или другие), конкурсы, посвященные FUN FOOTBALL (удары по небольшим воротам, соревнования по перекидыванию надутых мячей или мячей различных размеров, броски в корзины и т.д.). Перетягивание каната, игры в индейцев, матчи с мамами и папами по нарисованным маршрутам (на основе рисованной бумаги, например, Питер Пен, Гарри Поттер и т.д.).

По окончании праздника все дети, принимавшие участие в различных соревнованиях, играх, футбольных матчах 3 против 3, 4 против 4 или 5 против 5, народных играх, проводившихся на полях соревнований, премируются. В некоторых случаях можно организовать последующий заключительный спектакль в одном из театров, конечно же, подходящем для мальчиков и девочек этого возраста, подняв, таким образом, культурный уровень мероприятия.



«Координатор частоты становится сетью точности или сеткой для футбола-тенниса»

Поэтому важным является то, чтобы встречи проходили под руководством тренеров самих групп (не всегда арбитры бывают правы). Таким образом, они имели бы возможность вмешаться для своевременного разговора с детьми и лучше понимали бы трудности, встречающиеся во время встреч.

- от подготовительного этапа (воспринимающая часть) до этапа конкретных операций (представляющая часть);
- познавательное развитие: эгоцентрическое мышление и синкретное (глобальное);
- этап выверки: ограниченное внимание; проекция себя в окружающей среде;
- быстрое решение моторного задания;
- контроль в основном сенсомоторный (внутреннее внимание);
- организация пространство-время (не умственная);
- этап понятия задания и примитивной координации;
- инстинктивные и нерациональные движения;
- низкая чуткость по отношению к другим;
- понятие простых правил.

Таблица 7 – Психомоторная схема и общие характеристики – категория «Маленькие друзья».

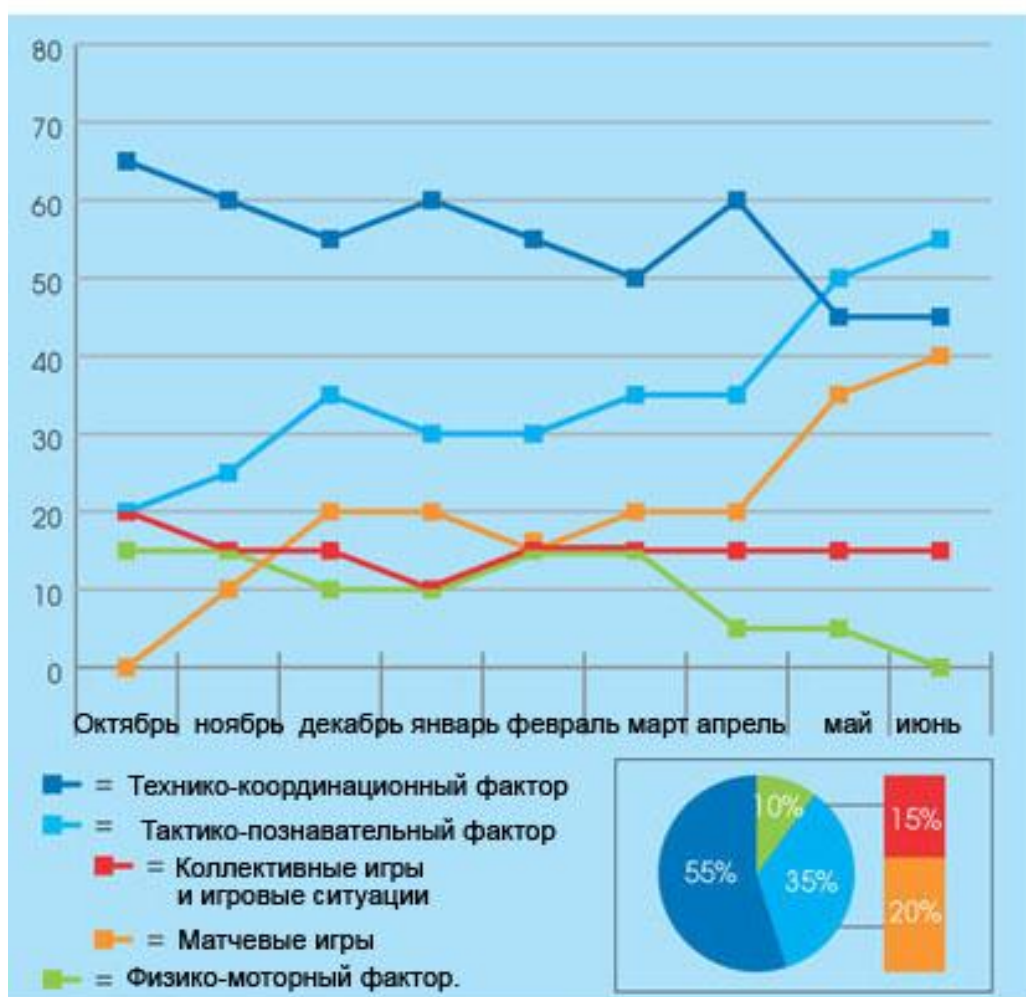


График 1 – Годовое дидактическое планирование – категория «Маленькие друзья»

Кроме того, они имеют возможность объяснять правила или совершенную учениками некорректность. Вот это да! Потому что дети не всегда осознают, что совершили что-то не по правилам, они понимают это только в такие моменты...

Мало помалу дети растут, они все больше нуждаются в наличии соревновательных моментов со своими сверстниками, чтобы оценить рост своих способностей. Соревнования приобретают все большую футбольную направленность, поддерживая атмосферу праздника, которая должна характеризовать этот период знакомства со спортивной деятельностью общества. Поэтому всегда должны присутствовать различные спортивные игры и соревнования, чтобы продвигаться вперед в естественном процессе обучения и подготовки юных футболистов к деятельности, предусмотренной для «Малышей» первого года (полных 8 лет), характеризующейся соревнованиями с 5 игроками в команде.

Техничко-координационный фактор		Тактико-познавательный фактор	Физико-моторный фактор
Общие цели	<ul style="list-style-type: none"> ● развитие и укрепление базовых моторных схем ● подготовка и развитие координационных способностей 	<ul style="list-style-type: none"> ● уметь контактировать 3 против 3 ● использование и контроль пространства: способность индивидуально решать моторные проблемы 	<ul style="list-style-type: none"> ● психо-сенсорно-моторный контроль.
Особые цели	<ul style="list-style-type: none"> ● бег: общая дифференциация и сенсорно-моторный контроль; ● достижение указанных целей; 	<ul style="list-style-type: none"> ● концепция близко-далеко, узко-широко; ● способность преодолевать 	<ul style="list-style-type: none"> ● развитие общих моторных способностей; ● стимулирование

	<ul style="list-style-type: none"> ● способность контролировать мяч, находясь под давлением; ● удар, бросок и пинок остановленного мяча в направлении мишени; ● удар и прием: лобовой пасс и прием летящего над землей мяча; ● перемещение: создавать препятствия противнику с мячом; ● перемещения для перехвата. 	<p>противника в упрощенных игровых ситуациях;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● краткий анализ и решение моторной задачи. 	<p>способности быстроты и реакции</p>
Содержание	<ul style="list-style-type: none"> ● отношение ребенок-мяч; ● игры для ощущения мяча; ● знание основ техники; ● деятельность в ограниченном пространстве и акцентированное численное преимущество; ● соревнования по ударам мячом по мишеням различных размеров (начиная с самого большого); ● технико-моторные маршруты и управление техническим движением. 	<ul style="list-style-type: none"> ● игры и деятельность в команде в ограниченном пространстве (1 против 1, 2 против 2, 3 против 3) руками и ногами; ● действие по преодолению линий при сильном численном превосходстве (отношение мяч/атакующий 1:1); ● 1 против 1 с защитником в зоне и на линии; ● народные игры с упрощенными правилами. 	<ul style="list-style-type: none"> ● быстрые соревнования и игры от отнимания мяча до эстафеты; ● моторные маршруты и стимулы базовых моторных схем (прохождение под-, над-, равновесие, кувьрки и т.д.); ● простая начальная акробатическая деятельность (нырки, перекачивания, перевороты и т.д.).

Таблица 8 – Общие специальные цели и содержание годовой дидактической программы категории «Маленькие друзья».

ОПЕРАТИВНЫЕ (РАБОЧИЕ) КАРТОЧКИ КАТЕГОРИИ

«МАЛЕНЬКИЕ ДРУЗЬЯ»



ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МОДУЛЬ 1

КАТЕГОРИЯ «МАЛЕНЬКИЕ ДРУЗЬЯ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Первая неделя деятельности используется для знакомства с детьми; для содействия этому нужно организовать мини-турнир 2 против 2 или 3 против 3, что кроме прочего также облегчит установление новых дружеских отношений.
- Начинать тренировку с игры, что всегда создает положительный климат, готовит к изучению нового и создает в целом атмосферу воодушевления.
- Организация деятельности основывается на соблюдении всех пунктов, позволяющим полностью и своевременно вовлечь всех ребят.
- Первая игра урока №1 называется «Догонялки». Простая игра, однако она подстегивает ребенка принимать решения в зависимости от игры и ее правил, от товарищей и пространства, находящегося в их распоряжении (быстро бегать, делать обманные движения, занимать свободное место – концепция близко-далеко и т.д.)

Месячный график



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- **ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Бег с мячом: расширение способности воспринимать информацию.
 - **ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Бег и перемещения: подготовка и развитие способности пространственно – временной ориентации.
 - **ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
Развитие способностей моторного контроля
- № УРОКА: _____
№ НЕДЕЛИ: _____
№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

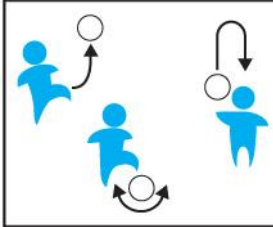
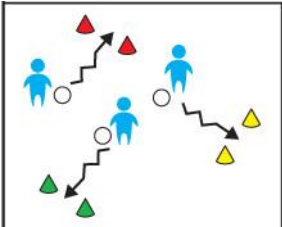
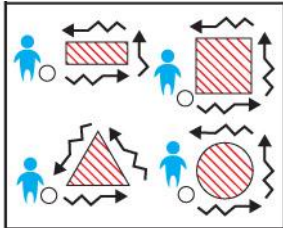
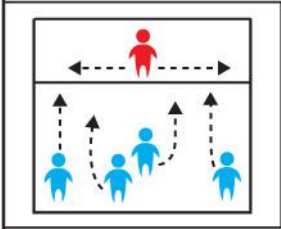
ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №1

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 1
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● БЕГ С МЯЧОМ: расширение способностей приема информации. ● ВЕДЕНИЕ в цветные ворота 15' ● ВЕДЕНИЕ в пределах геометрических фигур 15' ● Свободная игра 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Улучшение способности двигаться в пространстве <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Догонялки 10' ● Ястреб 15' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие способности моторного контроля <ul style="list-style-type: none"> ● Деятельность по развитию моторного контроля с мячом и без него 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Догонялки 10' <p>Деятельность моторного контроля с мячом и без него. 10'</p> <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ведение в цветные ворота 15' ● Ведение в пределах геометрических фигур 15' ● Ястреб 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 2:2 или 3:3 (мини-турнир) 15' <p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● контроль мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● преодолеть/перехватить без мяча (Догонялки) 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота 	

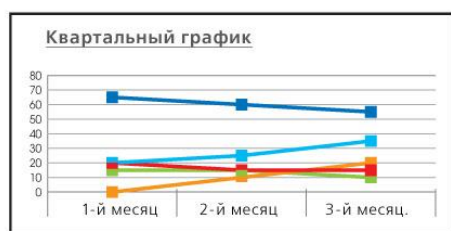


УРОК №1: ПРЕСЛЕДУЙ МЯЧ И ИГРАЙ

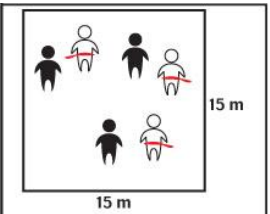
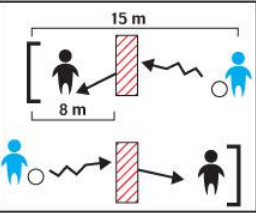
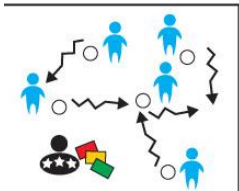
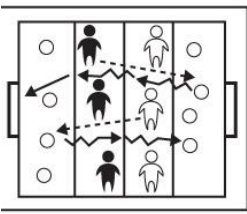
Деятельность по моторному контролю с мячом и без него	Ведение мяча в цветные ворота	Геометрическое Ведение	Ястреб	<u>МОДУЛЬ 1</u>
<p>Развитие чувственной восприимчивости, ведение мяча, развитие базовых моторных схем. Дети учатся узнавать свое собственное тело посредством контакта с мячом.</p>  <p>Каждый ребенок с мячом выполняет упражнения моторной координации; он пытается почувствовать каждую часть своего тела с помощью контакта с мячом, начиная от верхних конечностей (бросать в воздух – хватать-ударять о землю) и заканчивая нижними конечностями (касаться мяча бедром – внешней, внутренней стороной стопы, пяткой, подошвой, подъемом ноги...)</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> используются мячи различного веса и размера. когда ребята уверенно управляют мячом, для них увеличивают сложность упражнений. 	<p>Цветные ворота вызывают фантазию ребят, бег в пространстве к цветным воротам просто способствует исследованию окружающей среды, что стимулирует сбор информации визуального типа.</p>  <p>Ребята свободно ведут мяч и должны войти в цветные ворота, указанные тренером (используя также куртки). Можно указывать несколько цветов и ребята свободно выбирают маршрут и последовательность.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> тренер указывает цветные ворота, в которые нужно пройти. парами, держась за руки, ребята проходят ворота, ведя мяч. ребятам называется цвет соответствующих ворот, которые они должны пройти. 	<p>Различные геометрические формы стимулируют «техническое» поведение, регулируемое формой и размерами фигуры.</p>  <p>Ребята ведут мяч вокруг различных геометрических фигур.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> побеждает тот, кто первым выполнит ведение мяча вокруг фигур. ребята двигаются в паре, один ведет мяч по периметру, другой внутри него. каждый парень ведет мяч различной формы и размеров. 	<p>Мальчик ориентируется в игровом пространстве, стараясь двигаться в свободном пространстве.</p>  <p>Один мальчик, ястреб, двигаясь по средней линии игрового пространства, старается прикоснуться к другим ребятам, тот, кого он касается, в свою очередь становится ястребом. Игра заканчивается, когда коснутся всех.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ястреб находится с мячом, который он должен бросить и попасть в противника. парень, который первым преодолет среднюю линию, получает бал, побеждает тот, кто набирает больше баллов. ястреб может двигаться внутри более широкой зоны. 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Догонялки <p>Деятельность по развитию моторного контроля с мячом и без него</p> <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> Ведение в цветные ворота; Ведение по геометрическим фигурам Ястреб <p>Свободная игра</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Цветные кегли Маркеры Цветные резиновые мячи различных размеров Колышки Барьеры Цветные куртки <p><i>«Кто находит друга, находит сокровище...от мяча до команды - путешествие начинается»</i></p>

УРОК №2

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 1
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● БЕГ С МЯЧОМ: расширение способностей приема информации. ● Бить, чтобы ударить ● Ведение в зону и удар по воротам 15' ● Поймать мяч и ударить по воротам 15' ● Ведение мяча 15' ● Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие способности пространственно-временной ориентации, адаптации и преобразования движения <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ястреб 10' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие способности моторного контроля ● Моторная деятельность с мячом 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ястреб 10' <p>Моторная деятельность с мячом 15'</p> <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ведение в зону и удар 15' ● Движение по маршруту 15' ● Захват мяча и удар 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● (матчи 2:2 или 3:3) 10' <p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 80'</p>
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			<p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● контроль мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● анализ и решение моторного задания 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота 	



УРОК №2: ИГРАЙ С МЯЧОМ И БЕЙ ПО ВОРОТАМ

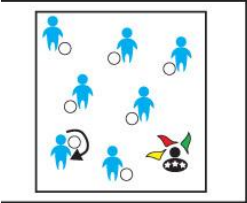
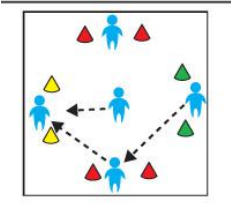
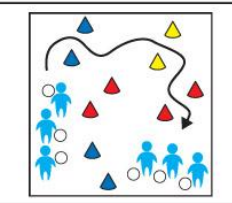
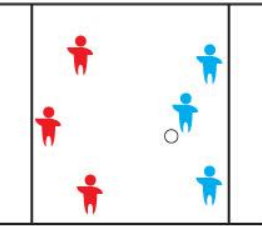
Скальп	Ведение мяча в зону и удар		Хватай мяч и бей по воротам	МОДУЛЬ 1
<p>Это упражнение развивает способность ориентироваться в пространстве, содействуя адаптации и преобразованию перемещений в зависимости от других игроков.</p>  <p>Две группы ребят соревнуются в квадрате, с длиной стороны 15 метров. Одна группа повязывает цветной платок поверх спортивных трусов (скальп). Ребята без скальпа должны снять его у тех, у кого он есть. Побеждает команда, которая в минимальное время сможет снять все скальпы.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • обе команды имеют скальпы. • увеличить количество ребят без скальпа. • увеличить или уменьшить игровое пространство. 	<p>Это упражнение кроме последующего развития способности контролировать мяч во время бега, способствует развитию у ребят способности дифференциации мишени для поражения мячом (точность и сила удара), вызывая у ребят прилив вдохновения после забитого гола.</p>  <p>Ребята начинают движение на расстоянии около 15 м от ворот, ведут мяч внутри ограниченной площадки (8 м от исходной зоны) и оттуда осуществляют удар по воротам. Побеждает парень, который после ряда ведения и ударов, больше всех забьет голов.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • пасс самому себе в ограниченной зоне. • использование пробега перед зоной удара. • игра может проводиться последовательно используя вратаря; роль которого, по очереди, выполняют все игроки. 	<ul style="list-style-type: none"> • использование ворот различных размеров и форм. • использование мячей различного веса и размера. <p style="text-align: center;">ТРАФИК</p> <p>Позволяет регулировать ведение мяча посредством получения визуальной и слуховой информации, динамической отдачи движения игроков и команд тренера.</p>  <p>Ребята ведут мяч в пределах определенной ограниченной площадки, уделяя внимание тому, чтобы не сталкиваться, меняя режим движения. Меняют режим движения по команде тренера: КРАСНЫЙ=СТОП, ЗЕЛЕНый=БЫСТРОЕ ДВИЖЕНИЕ, ЖЕЛТЫЙ=МЕДЛЕННОЕ ДВИЖЕНИЕ.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • дать другие значения командам. • команды подаются посредством цветных карточек или курток. • уменьшить ограниченную площадь. 	<p>Способствует обучению основному удару, сочетая его с бегом.</p>  <p>Игроки должны завладеть мячами противника, вести их до начальной линии; тот, кто преодолеет ее первым, бьет по воротам от этой линии.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • добавить вратаря. • увеличить расстояние линии удара, используя мячи различного веса и размеров. 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Скальп 10' • Моторная деятельность с мячом 15' • ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ • Ведение в зону и удар 15' • Движение в Трафике 15' • Бери мяч и бей 15' • Свободная игра: (матчи 2:2 или 3:3) 10' • Количество детей: Продолжительность: 80' • Материалы: <ul style="list-style-type: none"> • Цветные кегли • Маркеры • Цветные резиновые мячи различных размеров • Кольшки • Барьеры • Цветные куртки <p><i>«Помнить, что быть ребенком означает общаться не говоря»</i></p>

УРОК №3

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 1
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● БЕГ С МЯЧОМ: расширение способностей приема информации. ● Игра в семафор 15' ● Ведение зеркальной радуги 15' ● 2:2 или 3:3 руками 15' ● Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие способности пространственно-временной ориентации. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ 4 угла 10'</p> <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие способности моторного контроля ● Моторный пробег 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра в семафор 15' ● 4 угла 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ведение радуги 15' ● Моторный пробег 15' ● 2:2 или 3:3 руками 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 10'</p> <p>Количество детей: 80'</p> <p>Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные колышки или конусы ● Цветные ограничители ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Цветные куртки ● «Координатор частоты» ● «Медузы» ● Маты ● Ворота различных размеров
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● контроль мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● анализ и решение моторного задания 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота 	



УРОК №3: ИГРАЕМ И ЗАПОМИНАЕМ

Игра в семафор	4 угла	Ведение зеркальной радуги	2 против 2, или 3 против 3 руками	<u>МОДУЛЬ 1</u>
<p>Позволяет ребятам регулировать действие веденя, выполняя упражнения и движения, предварительно определенные тренером или фантазией учеников, способствует развитию как способности к адаптации, так и приема информации (запоминание), как творческим способностям, так и удовлетворению любопытства ребят</p>  <p><i>В разграниченном пространстве, изменяемом в зависимости от количества привлекаемых игроков, группа «Маленьких друзей» свободно двигается, ведя мяч, уделяя внимание тому, чтобы не потерять контроль (то есть, чтобы не сталкиваться и не выйти из зоны). В момент, когда тренер показывает ученикам цветную куртку, они должны совершить определенное движение (например: Красная = поворот вокруг мяча; Зеленая = бросить свой мяч, чтобы захватить другой; Желтая = сделать перекатывание и т.д.).</i></p>	<p>Данное упражнение позволяет игроку развивать свои пространственно - временной ориентации и в то же время способность моторной реакции на предварительно установленные сигналы, как звуковые (старт), так и визуальные (перемещение). Кроме того, неопределенность ситуации стимулирует у ребенка выбор правильного времени для передвижения («хронометраж»).</p>  <p><i>В квадрате размером 10 x 10 метров ребята сначала занимают углы (например, небольшие ворота, поставленные на сторонах), в то время, как пятый игрок находится в центре. По сигналу тренера все должны поменять свои положения, занимая положение товарища слева (по часовой стрелке). Целью игры является занять угол раньше, чем игрок, находящийся в центре (желтый). Если желтый занимает один из углов, он получает пост капитана.</i></p>	<p>В этом упражнении также ребята запоминают различные визуальные стимулы, способствующие развитию способностей адаптации и пространственно временной ориентации. Стимулирование восприятия сенсорными анализаторами способствует развитию процессов стимул – реакция</p>  <p><i>В разграниченном пространстве ребята делятся на две команды. По сигналу они должны вести мяч, проходя через цветные ворота (маршрут), указанные тренером (например, голубые или желтые), ориентируясь в пространстве. Развитие игры предусматривает, что команды тренера относятся к одной из двух групп, в то время, как другая осуществляет маршрут в противоположном направлении.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • увеличить количество цветов 	<p>На этом этапе и в этой игре внимание должно быть уделено исключительно моторному поведению при броске мяча. Уровень восприятия (узнавание ситуаций) способствует пространственно временной ориентации и занятию свободного пространства, полезные в последующих этапах.</p>  <p><i>Игра руками. Подача руками от груди, из-за головы (как подача из-за боковой линии) или снизу. Конечная линия для получения бала. Ученик с мячом должен сделать бегом только три шага, товарищи, перемещаясь, могут получить очко, приняв мяч за конечной линией.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • определить вид броска. • использовать мячи различных размеров и других видов спорта. 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра в семафор 15' • 4 угла 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ведение радуги 15' • Моторный маршрут 15' • 2:2 или 3:3 руками 15' <p>Свободная игра 10'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы: Цветные колышки или конусы</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цветные ограничители • Цветные резиновые мячи различных размеров • Цветные куртки • «Координатор частоты» • «Медузы» • Маты • Ворота различных размеров <p><i>«Нет истинного богатства в загробном мире без надобностей человека» К. Жибран.</i></p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 2

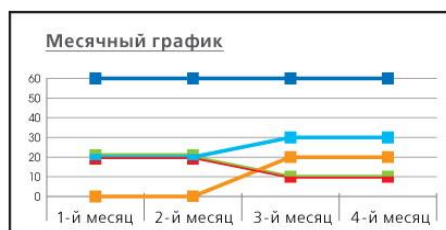
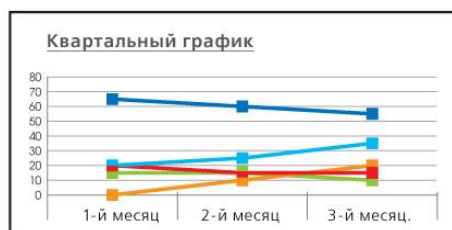
КАТЕГОРИЯ «МАЛЕНЬКИЕ ДРУЗЬЯ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

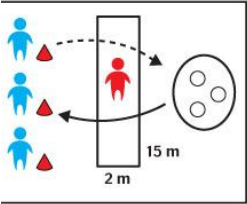
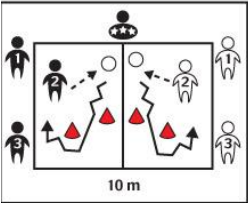
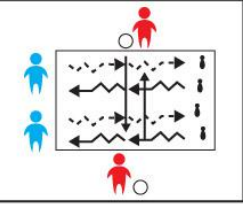
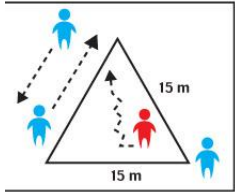
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> По завершении месяца «приспособления» можно начинать более специфическую работу, никогда не теряй из вида основной аспект этого возрастного этапа: игровой характер. Предлагаемые игры должны позволять ребенку удовлетворять его любопытство по исследованию пространства и инвентаря, проверять его моторные способности. игра с таким инвентарем как мяч является средством, способствующим моторному формированию, которое в последующем будет необходимо в построении технико-тактических умений, являющихся необходимыми для футболиста. 	<p style="text-align: center;">Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для Месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Фактор</th> <th>1-я неделя</th> <th>2-я неделя</th> <th>3-я неделя</th> <th>4-я неделя</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Техничко-координационный</td> <td>60</td> <td>60</td> <td>60</td> <td>60</td> </tr> <tr> <td>Тактико-познавательный</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>30</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>Коллективные игры</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>Матчевые игры</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>20</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>Физико-моторный</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Техничко-координационный	60	60	60	60	Тактико-познавательный	20	20	30	30	Коллективные игры	20	20	10	10	Матчевые игры	0	0	20	20	Физико-моторный	20	20	10	10	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Бег с мячом – способность контролировать, координационные стимулы. ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Перемещения с мячом и без него: пространственно - временные способности ориентации. ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Развитие способностей моторного контроля быстроты. <p>№ УРОКА: _____</p> <p>№ НЕДЕЛИ: _____</p> <p>№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя																												
Техничко-координационный	60	60	60	60																												
Тактико-познавательный	20	20	30	30																												
Коллективные игры	20	20	10	10																												
Матчевые игры	0	0	20	20																												
Физико-моторный	20	20	10	10																												
<p>ПРИМЕЧАНИЕ _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК №4

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 2
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● БЕГ С МЯЧОМ: способности контроля, чувственное восприятие и координационное стимулирование. ● Передвигаться, чтобы избежать перехвата: стимуляция восприятия чувствительными анализаторами. ● Пираты на бордаж 20' ● Штурм крепости 15' ● Свободная игра 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие способности ориентации. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Три норы 15' <p>ИГРОВЫЕ МАТЧИ</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Способности моторного контроля ● Быстрота <p>ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧОМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Отнимание мяча 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Пираты на бордаж 20' ● Отнимание мяча 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Штурм крепости 15' ● Три норы 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матчи на ограниченном поле 2:2, 3:3 или 4:4 15' <p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● броски 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● преодоление противника и создание препятствий противнику с мячом и без него 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота 	

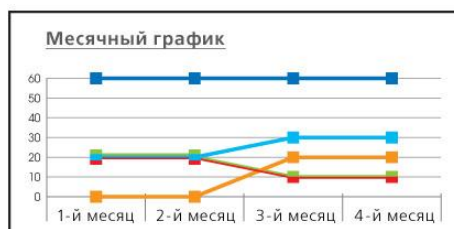


УРОК №4: ЗАХВАТЫВАЕМ СОКРОВИЩЕ

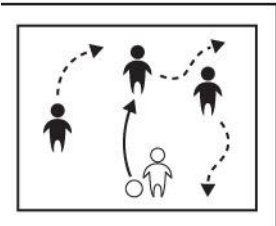
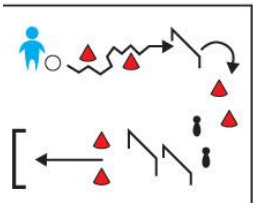
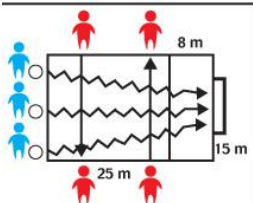
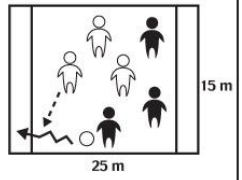
Пираты на abordаж	Отнимание мяча		Три норы	МОДУЛЬ 2
<p>Многочисленные чувственно-воспринимаемые стимулы (располагаемое пространство, зона стражника, положение мячей, правила игры и т.д.) позволяют ребенку получать информацию, определяющую моторные реакции, которые стимулируют развитие реакции и скорости движения.</p>  <p>Ученики, начиная с лицевой линии, должны захватить как можно больше мячей (большое сокровище!!!). Однако необходимо обращать внимание на стражника, находящегося в своей охраняемой зоне (2 x 15 м). Тот, кого он коснется, возвращается назад и начинает с исходной точки.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● расширение зоны действия стражника ● атакующие наступают все вместе. ● ребята делятся на две команды (красные и зеленые пираты), побеждают те, которые первыми принесут все сокровища на корабль. 	<p>Улучшает способность реакции и контроля мяча в быстром режиме.</p>  <p>Две пронумерованные в порядке возрастания, располагаются одна против другой на расстоянии в 10 м с двумя мячами, находящимися в центре (один мяч на команду). По сигналу (номер) соответствующие игроки (по одному из каждой команды) должны бежать к мячу, вести его по определенному маршруту и вывести его за исходную линию. Побеждает команда, достигшая первой стабильного результата в баллах.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● действие завершается ударом по воротам ● в игре только один мяч <p>Штурм крепости</p> <p>Эта игра также служит для стимулирования у детей процессов обработки информации, полученной от органов чувств и поступающей в процессе игры</p>	<p>(положение кеглей, задача и положение охраны, скорость мячей, располагаемое пространство и т.д.), определяя моторные реакции, способствующие развитию скорости движения. Кроме того, это способствует развитию другой моторной схемы - броску, которая будет широко применяться в последующих циклах</p>  <p>2 игрока начинают с лицевой линии и должны постараться захватить кегли, расположенные противоположной стороной, и принести их на «базу». Можно за один раз принести только одну кеглю, не оставляя без внимания стражу, которая старается попасть в штурмующих мячами (бросают руками). Те, в кого попали, начинают заново с исходной линии.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● штурмующие должны вести мяч ● увеличить количество штурмующих ● соревнуются 2 команды одновременно на одном и том же поле с охранниками, как с одной, так и с другой команды. 	<p>Чувственно - воспринимаемое развитие реакции и скорости движения, способности ориентации. С помощью этого упражнения ребята получают большое количество информации, которая на уровне органов чувств позволяет им быть связанными с окружающим пространством и другими товарищами, принимая эффективные моторные решения в создающихся ситуациях.</p>  <p>В игровом пространстве, размером 15 x 15 м. 3 игрока (лисы), выходя из нор, должны 3 раза поменяться положения. В норе не может находиться более одного игрока. Внимание на собаку: кого она коснется, тот уничтожен...и превращается в собаку!!!</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● увеличение или уменьшение игрового пространства. ● собака имеет мяч, которым может поразить лис. ● увеличение количества лис. 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Пираты на abordаж 20' ● Отнимание мяча 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Штурм крепости 15' ● Три норы 15' <p>Свободная игра: ● матчи на ограниченном поле 2:2, 3:3 или 4:4 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки <p>«Ребенок больше учится на примерах, чем на порицаниях»</p>

УРОК № 5

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 2
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бег с мячом, координационные стимулы. <ul style="list-style-type: none"> ● Моторный маршрут 15' ● Минное поле 15' ● Свободная игра 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Перемещение с мячом и без него: развитие способностей пространственно-временной ориентации. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Охрана и воры 10' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Целевой матч 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие способности моторного контроля ● Быстрота <p>ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧОМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Отнимание мяча с пробегом и ударом 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Охрана и воры 10' ● Отнимание мяча с пробегом и ударом 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Изменяемый пробег 15' ● Минное поле 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матчи на ограниченном поле 2:2, 3:3 или 4:4 15' ● Целевой матч 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● броски 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● преодоление и создание препятствий противнику с мячом и без него 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота 	

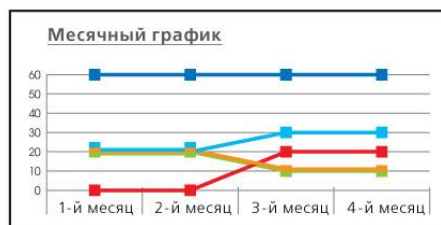


УРОК №5: ИГРАЕМ ТОЧНО

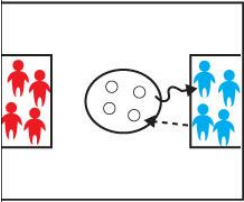
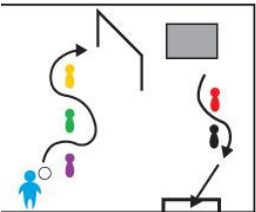
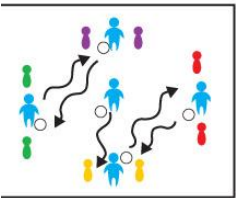
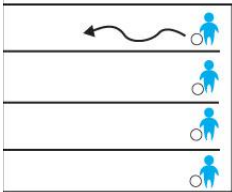
<p style="text-align: center;">Охрана и воры</p> <p>Постановка удара. Чувственно-воспринимаемые стимулы, связанные с управлением игровым пространством, определяют последующую приспособляемость к правилам игры (располагаемому пространству, избегать попадания мячом – чувствовать скорость и направление мяча и т.д.). Способствует развитию реакции, скорости движения и координационной адаптации при броске/ударе мячом по подвижной мишени.</p>  <p><i>Игрок с мячом - это охранник, он должен попасть мячом в воров, которые убегают в пределах ограниченной площади; тот, в кого охранник попал, становится охранником.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> сократить ограниченную площадь добавить одного охранника охранник ведет мяч и бьет по нему ногой, чтобы попасть в воров. воры также ведут мяч <p>МОТОРНЫЙ МАРШРУТ</p> <p>Моторный маршрут может иметь двойную цель, стимулируя у ребят</p>	<p>развитие моторного и общего координационного контроля и чувственное восприятие анализаторами, отвечающие за контролирование мяча во время его ведения. Поэтому необходимо, чтобы в этом возрасте дети встречались с моторным маршрутом сначала без мяча, а затем с ним, что определяет развитие чувствительных и координационных способностей.</p>  <p><i>Ребята следуют определенным маршрутом, ведя мяч, и встречаются с различными ситуациями, требующими собственных моторных и координационных решений. Маршрут имеет многочисленные элементы (низкие препятствия, высокие барьеры, колышки, небольшие ворота, кегли, обручи) и завершается ударом по воротам.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> соревнование с параллельными маршрутами. давать баллы за маршрут (наказывать за ошибку) выполнять маршрут, исследуя его в различном темпе. 	<p style="text-align: center;">Минное поле</p> <p>Посредством выполнения этого упражнения стимулируется умение контролировать мяч, изменяя условия в зависимости от скорости и частоты бросков мяча противниками, способствуя, таким образом, развитию способности ориентации и управления располагаемым пространством. Также в игре стимулируется способность бить по остановленному мячу, что является основной целью в последующих циклах.</p>  <p><i>На поле размером 25 м x 15 м игроки в красных куртках пытаются, ведя мяч, достичь линии удара, находящейся в 8 м от одних из ворот, шириной 3 м, расположенных в центре меньшей стороны. На больших сторонах, по 2 на стороне, находится 4 игрока противника, которые, стоя один напротив другого, бьют ногой по мячу, стараясь попасть в атакующих. Игрок, в которого попали, должен вернуться назад. Побеждает команда, которая в течение установленного времени забьет больше голов.</i></p>	<p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> уменьшить количество нападающих. увеличить количество противника. ворота могут защищаться вратарем. один защитник защищает зону удара. изменение длины поля (противники находятся ближе).  <p style="text-align: center;">Целевой матч</p> <p>С помощью этого соревнования ребята получают стимул по применению выученных умений в ситуации соревнования. Стимулируется умственная обработка моторного задания с поиском соответствующего ответа на игровую ситуацию (исследование свободного пространства, скорость ведения по отношению к собственным способностям по контролю и т.д.) и в отношении товарищей и противника (подача или ведение, создание препятствий или затягивание времени и т.д.).</p> <p style="text-align: center;">Рис. 4</p> <p><i>Ребята соревнуются на поле размером 25 м x 15 м 3 против 3. Игра заключается в ведении мяча за целевую линию. Каждая цель стоит один балл. Побеждает тот, кто наберет большее число баллов.</i></p>	<p style="text-align: center;">МОДУЛЬ 2</p> <p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Охранники и воры 10' Отнимание мяча с моторным маршрутом и ударом 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> Изменяемый моторный маршрут 15' Минное поле 15' <p>Свободная игра:</p> <ul style="list-style-type: none"> матчи на ограниченном поле 2:2, 3:3 или 4:4 15' Целевой матч 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Цветные кегли Маркеры Цветные резиновые мячи различных размеров Колышки Барьеры Цветные куртки <p><i>«Учить - означает открывать. Делать - означает то, что ты это знаешь» Р. Бах.</i></p>
---	--	---	--	--

УРОК №6

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 2
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Улучшение способности моторного сочетания. <ul style="list-style-type: none"> 4 угла с мячом 15' Бег с мячом по коридору 15' Деятельность по моторному контролю с мячом 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Передвижение с мячом и без него: Развитие пространственно-временной ориентации. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги и неси домой 10' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 3 против 3 – свободная игра 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота <ul style="list-style-type: none"> Параллельный маршрут 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги и неси домой 15' Параллельный маршрут 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> 4 угла 15' Бег с мячом в коридоре 15' Моторная деятельность с мячом 15' 3:3 Свободная игра 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 10'</p> <p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 80'</p>
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			<p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Цветные колышки или конусы Цветные ограничители Цветные резиновые мячи различных размеров Цветные куртки «Координатор частоты» «Медузы» Маты Ворота различных размеров
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> контроль мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> анализ и решение моторного задания 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> быстрота 	



УРОК №6: ВЕДИ МЯЧ БЫСТРО

Беги и неси домой	Технико-моторный маршрут	4 угла с мячом	Бег с мячом в коридоре	<u>МОДУЛЬ 2</u>
<p>В этой игре также перемещение ребенка связано с анализом чрезвычайно простой ситуации, направленной на развитие определенных пространственно-временных связей (положение мяча, исходное положение, цель для достижения).</p>  <p>В зоне размером 20 x 15 м в центре поля расположены мячи членов одной команды, пронумерованные четно. Обе команды бегут к центру, стараясь овладеть мячами и принести их в соответствующий «дом». Во время ведения мячей можно создавать препятствия и захватывать мяч, таким образом, постоянно происходит соревнование 1 против 1. Балл получает та команда, которая принесет домой больше мячей.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • перед тем как достичь мячей, ребята должны преодолеть зону, занятую игроками противника, пытающимися остановить их (вид игры «ястреб»). 	<p>С помощью этого упражнения стимулируются общие моторные умения, стимулируемые, в частности, соревновательной игрой, которая еще больше усиливает мотивацию детей. Удар по воротам и забивание гола позволяют не пренебрегать аспектом морального удовлетворения, который является еще одним фактором, являющимся необходимым в обучении.</p>  <p>Маршрут выполняется в следующих видах: ребенок осуществляет ведение в слаломе между кеглями, после чего с мячом в руке прыгает по обе стороны ленты, затем бросает мяч вдоль мата, положенного на землю, совершает на нем кувырок вперед или простое перекачивание. Затем берет мяч ногами и ведет его заново в слаломе через кегли и завершает ударом по воротам. Тот, кто первым забьет гол, получает балл.</p>	<p>Речь идет о развитии игры, представленной в третьем уроке 1 Модуля, включив мяч. В этом случае стимулы, воздействию которых подвергается ребенок, кроме вопросов по принятию решения и пространственно-временной ориентации относятся к техническому аспекту ведения мяча, который должен найти справедливый компромисс между точностью движения и скоростью выполнения, в ответ на звуковые и визуальные стимулы и поведение других товарищей по игре.</p>  <p>Ребята, находящиеся в углах, должны поменяться местами, стараясь чтобы игрок, находящийся в центре квадрата (желтый), не смог занять временно оставленный угол. Пара, которой удастся поменяться местами, завоевывает балл</p>	<p>Посредством этого упражнения стимулируется способность дифференциации ведения мяча в различных видах и скоростях выполнения, содействуя также развитию способности равновесия.</p>  <p>Ребята становятся на исходную линию и выполняют ведение мяча вдоль разграниченной двумя линиями зоны шириной 2 м, касаясь его указанное количество раз (3 -4 - 5). Во время ведения ребята испытывают новые фантастические режимы движения, ведя все время мяч различным образом. Это позволяет воспринимать различные виды контроля мяча, пробовать новые движения (например, обманные движения различного типа, скоординированные движения и т.д.).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • проводить соревнования на скорость • ведение мяча назад • игра в гольф вдоль линии (внимание - не дать уйти мячу ...!!!). 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Беги и неси домой 10' • Параллельный маршрут 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 угла 15' • Бег с мячом в коридоре 15' • Моторная деятельность с мячом 15' <p>3:3 Свободная игра: 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цветные колышки конусы • Цветные ограничители • Цветные резиновые мячи различных размеров • Цветные куртки • «Координатор частоты» • «Медузы» • Маты • Ворота различных размеров <p>«Наиболее простые вопросы являются самыми глубокими» Р. Бах.</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 3

КАТЕГОРИЯ «МАЛЕНЬКИЕ ДРУЗЬЯ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Предлагаемая деятельность стимулирует ребенка применять на практике выученные умения, экспериментируй с ними в решении игровых ситуаций.

- В этот период также подключаются другие дидактические элементы, вводимые в следующий цикл.

- Постоянно развиваются социальные аспекты внутри группы.

- Игра - часы (С. Д Оттавио,

«Соревновательные игры для развития технической быстроты в футболе» - Дидактика движения, 1989.) - это соревнование между 2 или более командами, где упражнение (испытание на время) определяет длительность всех других упражнений.

- Матч 3 против 3, который в предшествующие недели позволял ребенку понимать развитие игры и на практике применять почти индивидуально полученные умения, теперь стимулирует его по другому, учитывая, что соревнование проводится в виде командного турнира.

- По завершению этого периода неплохо предложить игры, упражнения и деятельность, которые бы позволили оценить ребенка (ТЕХНИЧЕСКИЕ ТЕСТЫ), проверив его знания и действенность выполненной дидактической программы (...необходимо что-то пересмотреть?).

Месячный график



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**

Бег с мячом – развитие в режиме быстроты

Бить, чтобы ударить по воротам мячом в движении:

подход к техническому умению.

- ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**

Бег с мячом, способность преодолевать противника при его численном превосходстве (отношение ребенок/мяч = 1:1).

- ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**

Быстрота

№ УРОКА: _____

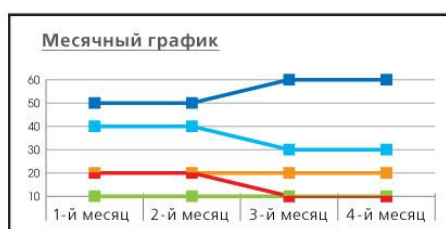
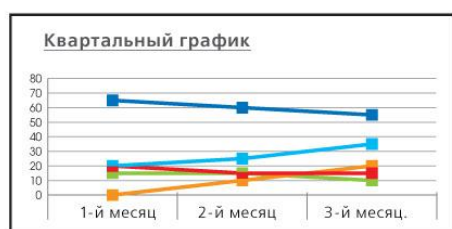
№ НЕДЕЛИ: _____

№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

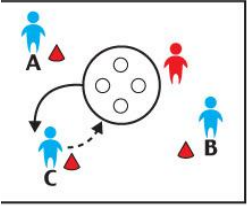
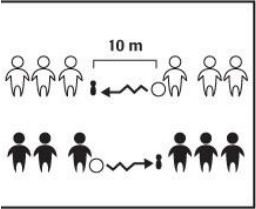
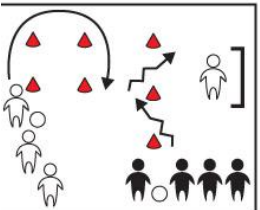
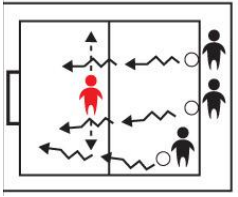
ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №7

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 3
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бег с мячом – развитие быстрого режима. ● Ударять, чтобы бить по мячу в движении <p>● Остров сокровищ командой 15'</p> <p>● Игра «часы» 15'</p> <p>● Свободная игра 15'</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Преодоление противника <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Таможенник 15' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 3 против 3 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота ● Эстафета с мячом 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Остров сокровищ 10' ● Эстафета с мячом 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра «часы» 15' ● Таможенник 15' ● 3 против 3 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА: (игра, выбранная ребятами) 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ведение мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● развитие пространственно-временных способностей 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p>	

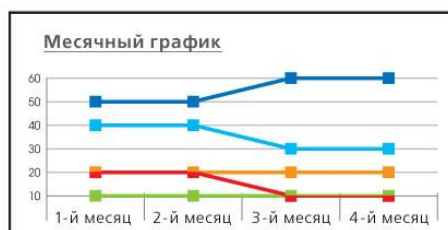


УРОК №7: БЫСТРО БЕЖИМ И ЗАБИВЕМ ГОЛ

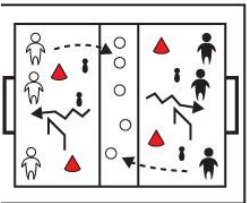
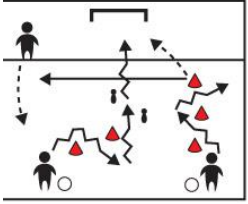
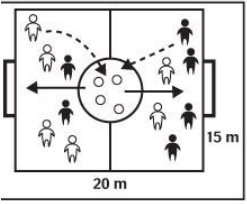
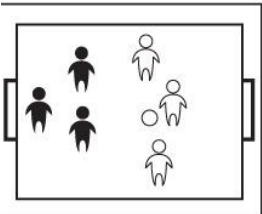
Остров сокровищ	Эстафета с мячом	Игра «часы»	Таможенник	<u>МОДУЛЬ 3</u>
<p>С помощью этого упражнения-игры стимулируется выработка чувственно – воспринятой информации, способствующей развитию реакции и скорости движения.</p>  <p>Ребята (А, В, С) должны захватить мячи, расположенные на острове, и доставить их в нору, обращая внимание на акулу, которая (будучи рыбой) не может выйти на остров, но как только она касается игроков, они вынуждены вернуться в исходный пункт. Игрок, которому удастся захватить больше мячей, становится победителем, становясь акулой в следующем соревновании.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● то же упражнение, но с помощью ног. ● добавить еще одну акулу. ● «АКУЛА» имеет мяч для удара по «искателям золота». 	<p>Улучшает способность реагировать, ведение мяча в скоростном режиме.</p>  <p>Две команды расположены в два ряда. Первый игрок из каждого ряда бежит до кегли, находящейся на расстоянии в 10 м, ведя мяч, затем возвращается и передает его следующему игроку ряда.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● проходить маршрут с ведением и различным режимом движения (например, перекатываясь через мяч, назад и т.д.). ● включить в маршрут элементы (материалы и инвентарь), определяющие лучший контроль мяча (например, оборот вокруг своей оси и т.д.). 	<p>Благодаря игре такого типа, объединяющей в себе технический и состязательный аспекты, что способствует развитию умения вести мяч в скоростном режиме и ускоряет анализ восприятия удара по мячу в движении.</p>  <p>Игра заключается в соревновании двух команд, которые по очереди выполняют различные задания. Одна команда старается забить как можно больше голов в ворота, защищаемые вратарем другой команды, после небольшого слалома. Время, которым располагает команда, зависит от времени, потраченного другой командой на ведение мяча вокруг часов, один игрок совершает 10 оборотов. По завершении 10 оборотов команды меняются местами, и побеждает та команда, которая забьет больше голов.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● включить одного защитника, поставив его на линию, где заканчивается слалом. ● включить защитника внутрь часов, который бы пытался противостоять действиям противника (может выйти только на одной ноге). 	<p>Этот вид детской игры позволяет исследовать умения, приобретенные за этот период, при наличии противника, определяя выбор в отношении располагаемого пространства, скорости пробега, предпочитаемой стороне, виду преодоления противника и т.д., в очень облегченной ситуации.</p>  <p>3 игрока одновременно начинают бить любым мячом, стараясь преодолеть таможенника, двигающегося только вдоль таможенной линии, и забивают гол в свободные ворота. Тот, кого таможенник перехватит, становится таможенником. Учитываются забитые голы.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● создать разъединительную линию от таможенного поста ● изменять количество одновременно начинающих и нападающих ● изменять размеры мяча. 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировок: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Остров сокровищ 10' ● Эстафеты с мячом 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра «часы» 15' ● Таможенник 15' ● 3 против 3 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА: (игра, выбранная ребятами) 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки <p><i>«Где нельзя использовать слово, существуют другие пути для контакта»</i></p>

УРОК №8

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 3
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бег с мячом: от ведения до особого умения. ● Бить по мячу, чтобы произвести удар в движении ● Моторный маршрут с ударом по воротам и остановкой 15' ● Беги и забей гол 15' ● Свободная игра 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Преодоление противника ● Организация игрового пространства: развитие пространственно-временной ориентации <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Захвати сокровище 10' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 3 против 3 с неподвижным вратарем в защите 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие способности моторного контроля ● Моторная деятельность с мячом (чувствительность и подвижность суставов) 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Захвати сокровище 10' <p>МОТОРНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ С МЯЧОМ: (очувствление и подвижность суставов) 10'</p> <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Моторный маршрут с ударом по воротам и остановкой 15' ● Беги и забей гол 15' ● 3 против 3 с неподвижным вратарем в защите 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА: (игра, выбранная ребятами) 15'</p>
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			<p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 80'</p> <p>Методы</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● удар по воротам, перехват (остановка) 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p>	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p>	

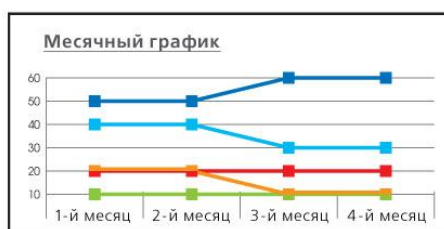


УРОК №8: ПОМОГАЕМ КОМАНДЕ И ЗАБИВАЕМ ГОЛ

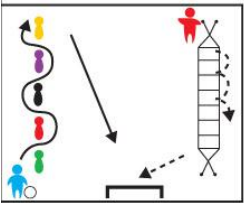
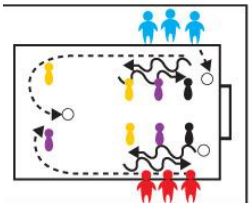
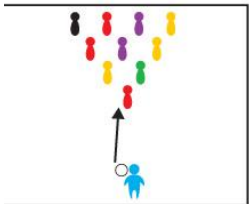
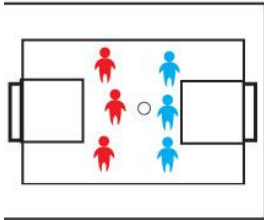
Захвати сокровище	Моторный маршрут с ударом по воротам	Беги и забей гол	3 против 3 с неподвижным вратарем в защите	<u>МОДУЛЬ 3</u>
<p>Стимулирует развитие и совершенствование у детей общих координационных способностей адаптации и преобразования, пространственно-временной ориентации и т.д., особенно при беге с мячом в руке (типа регби) или ногах (управление/ведение)</p>  <p>Ребята делятся на две команды моряков (или пиратов, как хотите). Они бегут к острову, пересекая зону с различными препятствиями (кегли, спущенные мячи, шесты, куртки и т.д.), захватывают сокровище и доставляют его на свою морскую базу. Естественно, сокровище очень ценно, поэтому можно нести за один раз только один слиток (мяч). Побеждает команда, захватившая больше слитков... «золота» (мячи).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> остров защищают несколько старых пиратов, пытающихся захватить моряков, захваченный может быть освобожден товарищами, принесшими пиратам один слиток золота. 	<p>В этой игре стимулируется быстрое ведение и контроль мяча посредством соревнования между двумя игроками. Кроме того, при ударе по воротам развиваются способности дифференциации, точности и силы.</p>  <p>Один игрок совершает пробег и удар по воротам с линии удара. Другой игрок совершает пробег, подает мяч товарищу, находящемуся на противоположной стороне, и идет к воротам. После каждого удара по воротам, происходит смена игрока, который передает мяч и останавливался, и который принимал.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> игрок, принимающий мяч, останавливает его и начинает защиту. изменять маршрут защитника и/или нападающего. ведение мяча различными частями стопы. 	<p>Благодаря игре такого типа можно способствовать улучшению ведения мяча с помощью быстрого моторного поведения и удару по воротам.</p>  <p>На площадке размером 15 x 20 м игроки команды «А» и команды «В» начинают одновременно от линий противоположных ворот, чтобы захватить мячи, находящиеся в центре поля. И забивают гол в ворота, защищаемые двумя противниками. Когда мячи заканчиваются, происходит смена товарищей, защищавших ворота.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> перед тем как направится к мячам, нападающие должны выполнить определенный маршрут. нападающие свободно бьют по воротам без защитников. защитники защищают ворота на определенной линии. 	<p>В этой игре создаются ситуации численного преимущества, способствующие действию атаки и позволяющие команде с мячом осознать возможное сотрудничество.</p>  <p>Игра - это обычный матч 3 против 3, в котором команда, не владеющая мячом, должна защищаться неподвижным вратарем, таким образом, образуется соревнование между 3 нападающими и 2 защитниками и 1 вратарем. Как только команда завладеет мячом, вратарь выходит из ворот, в то время, как один из игроков противника их занимает, меняя, таким образом, численное преимущество/зависимость.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> гол, забитый вратарю, стоит два балла. чтобы выйти из ворот вратарь обязательно должен получить мяч от одного из своих товарищей. 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировок: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Захват сокровища 10' Моторная деятельность с мячом 10' (чувствительность и подвижность суставов) <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> Моторный маршрут с ударом по воротам и остановкой 15' Беги и забей гол 15' 3 против 3 с неподвижным вратарем в защите 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА: (игра, выбранная ребятами) 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Цветные кегли Маркеры Цветные резиновые мячи различных размеров Кольшки Барьеры Цветные куртки <p>«Наиболее твердый по своей внутренней структуре камень ложится на самое дно фундамента» К. Жибран.</p>

УРОК №9

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 3
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Способность наносить удар после остановки мяча. Отнимание мяча с ударом по воротам 15' Игра в боулинг 15' Свободная игра 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Организация игрового пространства: развитие пространственно-временной ориентации <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> Захвати сокровище 10' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Хоккейный матч 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота Забивай гол быстро 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Захвати сокровище 10' Забивай гол быстро 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Отнимание мяча с ударом 15' Игра в боулинг 15' Хоккейный матч 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 15'</p> <p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Цветные колышки или конусы Цветные ограничители Цветные резиновые мячи различных размеров Цветные куртки «Координатор частоты» «Медузы» Маты Ворота различных размеров
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> удар мячом в движении. ведение мяча. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> решение простых моторных задач. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> развитие способности моторного контроля. 	



УРОК №9: ЕСЛИ ХОЧЕШЬ ЗАБИТЬ ГОЛ, БЕЙ ТОЧНО

Забивай гол быстро	Отнимание мяча с ударом по воротам	Игра в боулинг	3 против 3 хоккейный матч	МОДУЛЬ 3
<p>Этим упражнением стимулируется скорость движения и развитие технических способностей в быстром режиме, особенно при ведении мяча и ударе в движении.</p>  <p>Устанавливается два маршрута по сторонам одних из ворот каждый длиной по 10 м. Слева устанавливается маршрут для игрока, который совершает удар по воротам, с другой стороны - маршрут для вратаря. Тренер назначает игрока, выполняющего функцию нападающего, который ведет мяч по маршруту, совершая слалом, по завершении которого производит удар. В это же время вратарь быстро преодолевает «координатор частоты» с прямоугольниками, положенными на землю, чтобы затем остановить мяч товарища.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> командная игра, побеждает команда, которая после 10 попыток забьет больше голов. 	<p>Улучшает способность реакции и контроль мяча в быстром режиме. Кроме того, в этой особой игре кроме ведения мяча стимулируется способность удара по остановленному мячу.</p>  <p>При назывании одного из номеров (это также может делать один из играющих ребят) двое игроков должны взять мяч своей команды и пробежать один отрезок туда и обратно между двумя кеглями, расположенными в 3 м одна от другой, после чего без мяча пробежать к захватываемому мячу, проходя назад мимо третьей кегли. Тот, кто придет первым, заработает удар, второй должен стать в ворота, чтобы защитить их от гола. Один балл присуждается тому, кто первый придет к мячу, за который ведется борьба, а если он сможет завоевать еще один балл, ему предоставляется возможность забить гол.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> совершить слалом без мяча на исходной позиции. 	<p>Благодаря этому упражнению-игре стимулируется точность удара остановленным мячом, или броска, если удар производится руками. Постепенное увеличение трудности при уменьшении количества поражаемых кеглей еще больше развивает личные умения ребенка.</p>  <p>Устанавливаются, как это показано на рисунке, 6 – 10 кеглей на расстоянии 7 – 8 м, определяется также зона удара. Игра заключается в попадании одним ударом в как можно большее количество кеглей. Побеждает тот, кто собьет больше кеглей одним ударом (рекорд) или в сумме, например, после 10 ударов. Удар можно производить как руками, так и ногами.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> менять расстояние удара. менять угол удара. менять виды удара. 	<p>Посредством этой игры стимулируется выполнение удара мячом по воротам с движущимся мячом в соревновательной ситуации. Разграничение штрафной площадки также способствует выполнению удара издали.</p> <p>Соревновательная ситуация, в частности, развивает способность пространственно-временной ориентации в поисках свободного пространства и связанную с ней способность отрыва от противника.</p>  <p>На игровом поле ограниченных размеров 30 x 20 м соревнуются две команды, каждая состоит из 3 игроков. Внутри игрового поля, напротив двух ворот, необходимо разграничить две площадки размером 4 x 4 м. Соревнование развивается как обычный матч, за исключением того, что никто из игроков не исполняет роли вратаря. Целью этого особого матча является забить гол ударом извне.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> возможность использовать временного вратаря. 	<p>Основная техническая цель: УДАР ПО ВОРОТАМ</p> <p>Последовательность тренировок: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Захват сокровища 10' Забивай гол быстро 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> Отнимание мяча с ударом 15' Игра в боулинг 15' Хоккейный матч 15' СВОБОДНАЯ ИГРА 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Цветные колышки конусы Цветные ограничители Цветные резиновые мячи различных размеров Цветные куртки «Координатор частоты» «Медузы» Маты Ворота различных размеров <p style="text-align: center;">«Ты лучше учишь то, что любишь» Р. Бах.</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 4

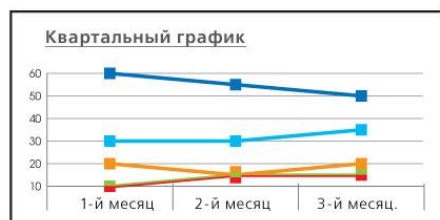
КАТЕГОРИЯ «МАЛЕНЬКИЕ ДРУЗЬЯ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

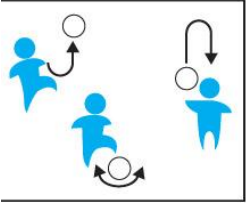
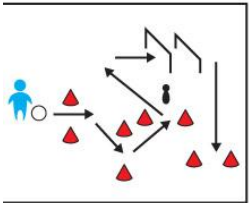
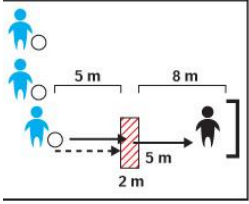
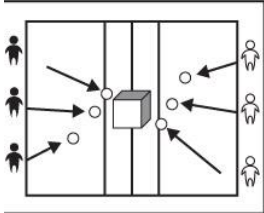
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> ● второй цикл дидактической программы, постепенно следующий за предыдущим циклом, начинается с продолжения турнира. ● Дидактическая программа предусматривает получение новых знаний, однако не нужно полностью забывать укреплять уже полученные знания, а наоборот необходимо их стимулировать, сочетая с новыми умениями. ● В этом периоде продолжается последовательное развитие точности удара и передачи, развитие которых стимулируется с помощью инвентаря и средств больших размеров (мишень, мяч и т.д.), чтобы в большей степени способствовать последующему обучению ребенка и его развитию. 	<p>Месячный график</p> <table border="1" style="margin: 10px auto; border-collapse: collapse; font-size: small;"> <caption>Данные для Месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Фактор</th> <th>1-я неделя</th> <th>2-я неделя</th> <th>3-я неделя</th> <th>4-я неделя</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Техничко-координационный фактор</td> <td>60</td> <td>60</td> <td>60</td> <td>60</td> </tr> <tr> <td>Тактико-познавательный фактор</td> <td>30</td> <td>30</td> <td>30</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>Коллективные игры и игровые ситуации</td> <td>10</td> <td>10</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>Матчевые игры</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>Физико-моторный фактор</td> <td>10</td> <td>10</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> </tbody> </table> <p style="font-size: x-small;"> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Техничко-координационный фактор	60	60	60	60	Тактико-познавательный фактор	30	30	30	30	Коллективные игры и игровые ситуации	10	10	10	10	Матчевые игры	20	20	20	20	Физико-моторный фактор	10	10	10	10	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p style="text-align: center;">ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Удар мячом: подход к техническому умению и развитию способности дифференциации. ● ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Бег с мячом: способность преодолевать передвигающегося противника при большом численном превосходстве: способность пространственно-временной ориентации Анализ и решение моторного задания ● ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Развитие способности моторного контроля <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя																												
Техничко-координационный фактор	60	60	60	60																												
Тактико-познавательный фактор	30	30	30	30																												
Коллективные игры и игровые ситуации	10	10	10	10																												
Матчевые игры	20	20	20	20																												
Физико-моторный фактор	10	10	10	10																												
<p>ПРИМЕЧАНИЕ _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК №10

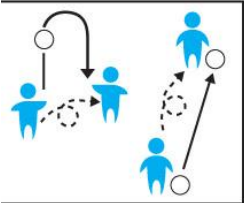
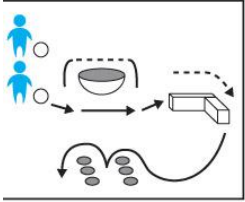
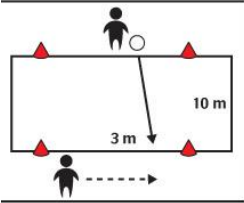
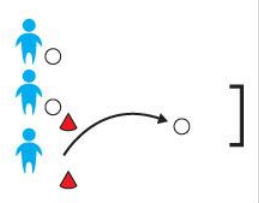
ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 4</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по остановленному мячу: развитие способности дифференциации. Игра в гольф (способность дифференциации) 15' Удар с пасом самому себе 15' Пораз мишень 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Бег с мячом: способность преодолевать противника и перемещаться в свободных направлениях и в свободное пространство Признание сотрудничества товарищей. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> 4 ворот с огромным мячом (джумбо №8) 10' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч 3 против 3 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Развитие способности моторного контроля Игры по развитию чувства мяча 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч с 4 воротами и огромным мячом (джумбо №8) 10' Игры по развитию чувства мяча 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Игра в гольф 15' Удар с пасом самому себе 15' Пораз мишень 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА (матчи 3 против 3) 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Цветные кегли Маркеры Цветные резиновые мячи различных размеров Кольшки Барьеры Цветные куртки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> удар мячом по воротам 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> передвижение с целью создания помех. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> быстрота. 	



УРОК №10: МЫ ОТКРЫВАЕМ ДЛЯ СЕБЯ БОЛЬШОЙ МЯЧ

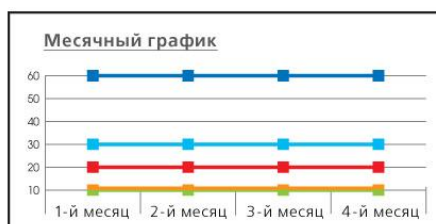
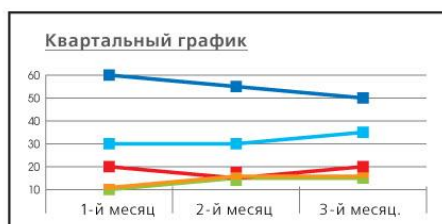
Игры по развитию чувства мяча	Игра в гольф (способность дифференциации)	Удар с пассом самому себе	Порази мишень	<u>МОДУЛЬ 4</u>
<p>Посредством этой деятельности с мячом происходит развитие чувствительности при контроле инвентаря, обучение базовым моторным схемам и стимуляция подвижности суставов. Поэтому можно использовать различные игры, режимы движения и движения с мячом.</p>  <p>Ребята выполняют различные упражнения с мячом, стимулируя движения суставов бедра, лодыжки, плеч, таза и т.д., каждое перебрасывания мяча должно выполняться руками (точность технического движения при ударе/броске). Пример, бросать мяч вверх, ударять мяч ногой, внутренней стороной стопы и т.д.; кроме того, игроки учатся лучше узнавать свое тело.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • требовать от ребят имитировать животных, готовых совершить определенные движения • сочетать различные движения при броске мяча (например, бросок и перекачивание по земле и т.д.). 	<p>При помощи этой игры стимулируется способность точно и сильно бить по мячу. Обучение происходит постоянно посредством стимуляции органов чувств, получаемой в результате проб и ошибок, достигая постепенно соответствующей моторной реакции.</p>  <p>Ребята следуют определенному маршруту, ведя мяч больших размеров (мяч джумбо №8). Маршрут представляет собой сочетание различных ситуаций, в которых игрок получает стимулы для точного удара по мячу, стараясь завершить маршрут с меньшим количеством касаний.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • соревнование с параллельными маршрутами. • учитывать баллы при прохождении (один штраф за ошибку). 	<p>В этой игре также результатом задания является улучшение способности дифференциации прилагаемой силы и точности паса. В последующем ударе точность движения и сила, с которой быт по мячу, определяют последующий результат.</p>  <p>Один ученик совершает пасс самому себе мячом джумбо №8 в зоне размером 2 x 5 м, расположенной в 5 м от исходной точки и в 8 м от ворот. Игрок может бить по воротам только из определенной зоны. В случае, если пасс самому себе будет слишком коротким или слишком длинным, удар не засчитывается.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ворота защищает один вратарь (обмен ролями). • бросок руками (свободный, по траектории или брейющий) и удар ногами по остановленному мячу или по летящему мячу руками. • изменять размеры мяча. 	<p>Этот вид соревнования стимулирует игрока проводить регулировку при ударе по остановленному мячу, добываясь максимальной точности. Размеры мишени значительны, размеры мяча и расстояние удара помогают игроку получить моральное удовлетворение при выполнении этого действия. Затем координаты изменяются, и игрок проверяет новые умения (усложнение задания).</p>  <p>Ребята, стоящие на лицевой линии, должны попасть в мишень (картонная коробка или другой большой предмет): побеждает команда, которой удалось передвинуть мишень на поле другой команды. Мячи, остановившиеся посредине поля, можно забрать, поместить на лицевую линию и использовать при ударах.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • можно использовать больше мишеней. • предусмотреть попадания в мишень при броске мяча руками. 	<p>Основная техническая цель: ПОДАЧА – ТОЧНЫЙ УДАР</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Матч с 4 воротами и огромным мячом (джумбо №8) 10' • Игры по развитию чувства мяча 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра в гольф 15' • Удар с пассом самому себе 15' • Порази мишень 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА (матчи 3 против 3) 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цветные кегли • Маркеры • Цветные резиновые мячи различных размеров • Кольшки • Барьеры • Цветные куртки <p style="text-align: center;"><i>«Ничего не стоит быть любезным, а взамен можно получить многое»</i></p>

УРОК №11: МЫ СТАНОВИМСЯ ВСЕ ТОЧНЕЕ

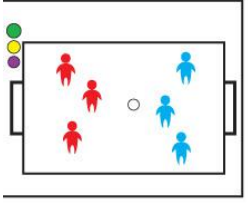
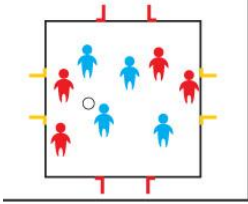
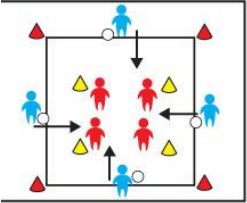
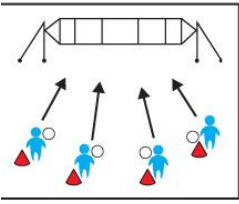
Начальная акробатическая деятельность	Моторный маршрут (равновесие)	Соревнование с бреющими ударами (останавливается ногами)	Король штрафных	МОДУЛЬ 4
<p>Посредством этой деятельности стимулируются впоследствии чувствительные и проприоцептивные анализаторы, способствуя развитию базовых моторных схем посредством вращательных движений тела вокруг различных осей и на этапе полета (необходима особая помощь и возможное применение парашютных или других средств).</p>  <p>Ребята выполняют особые упражнения с мячом или без него (прыжки, перевороты, скачки), например: «бросок мяча вверх;... перекатывание, проходя под мячом, и захват мяча после скачка;...вращать мяч, переворот вперед и захват мяча как можно скорее»; всякого вида нырки на матрасы и т.д.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> предложить возможные упражнения ребятам посредством игр на земле с мячом, что содействует различным движениям. различным образом исследовать футбольные движения в воздухе (перекидывание мяча через себя, удар головой в нырке и т.д.). 	<p>Составленный таким образом, маршрут стимулирует чувственно – восприимчивые анализаторы, развивая общие координационные способности, в частности, способность равновесия.</p>  <p>Ребята следуют определенному маршруту, ведя мяч. Маршрут содержит элементы, стимулирующие способность равновесия (например проприоцептивные доски, оси равновесия, ленты, положенные на землю, по которым необходимо идти, различные виды предметов для перепрыгивания и т.д.)</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> соревнование с параллельными маршрутами. учитывать баллы при прохождении (один штраф за ошибку). 	<p>Данное упражнение развивает дифференциацию при ударе по мячу (точность и сила удара), стимулирует чувственно-восприимчивые анализаторы для определения перемещения с целью перехвата мяча.</p>  <p>Два игрока соревнуются в бреющих ударах по воротам шириной 3 м, расположенным напротив друг друга на расстоянии около 8-10 м. Удары наносятся ногами от линии ворот, обозначенных двумя конусами. Удары должны быть брейющими и не превышать высоту конусов, ограничивающих ворота. Каждый забитый гол, стоит один балл, каждая остановка/перехват ногами стоит два балла.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> изменять ширину ворот. определить зону приема. Если мяч останется в зоне, вратарь получает балл и наоборот. изменять расстояние между воротами 	<p>Это упражнение кроме развития дифференциации при ударе по мячу (точность и сила удара) вызывает воодушевление и развитие духа состязания.</p>  <p>Игроки совершили ряд ударов по воротам с определенно установленного расстояния. Игрок (или игроки в случае матча), который по завершению ряда ударов забил больше голов, получает титул «КОРОЛЬ штрафных».</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> игра может проходить последовательно, используя вратаря, роль которого по очереди выполняют все игроки. использование ворот различных размеров и форм. использование мячей различных размеров и веса. 	<p>Основная техническая цель: УДАР ПО ВОРОТАМ</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Остров сокровищ 10' Начальная акробатическая деятельность 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Изменяемый моторный маршрут (равновесие) 15' Соревнование по брейющим ударам (мячи останавливаются ногами) 15' Король штрафных с вратарем 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА: (матчи 3 против 3) 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Цветные кегли Маркеры Цветные резиновые мячи различных размеров Кольшки Барьеры Цветные куртки <p><i>«Вдохновение - это вулкан, на вершине которого никогда не растет трава нерешительности» К. Жибран</i></p>

УРОК №12

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 4
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бить, чтобы ударить точно: сочетание техника/координация. <ul style="list-style-type: none"> ● Видеоигра 15' ● Удар по мишени 15' ● Свободная игра 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие пространственно - временной способности в соревновательных ситуациях. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра с мячами различных размеров 10' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч с 4 воротами 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие способности моторного контроля <ul style="list-style-type: none"> ● Моторный маршрут 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч с различными мячами 10' ● Моторный маршрут 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч с 4 воротами 15' ● Видеоигра 15' ● Удар по мишени 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные колышки и конусы ● Цветные ограничители ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Цветные куртки ● «Координатор частоты» ● «Медузы» ● Маты ● Ворота ограниченных размеров
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ведение и контроль мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передвижение с целью создания помех. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота. 	



УРОК №12: МЫ ИГРАЕМ МЯЧАМИ РАЗЛИЧНЫХ РАЗМЕРОВ

Матч с различными мячами	Матч с 4 воротами	Видеоигра (или отравленный мяч)	Удар по мишени	<u>МОДУЛЬ 4</u>
<p>Предлагаемая игра стимулирует способность адаптации к различным игровым средствам, особенно к размерам мяча. Контроль мяча и последующих действий во время соревнования, таких как ведение мяча, передача или удар по воротам, также способствуют развитию способности дифференциации.</p>  <p>На игровой площадке размером 30 х 20 м ученики играют классический матч 3 против 3. Каждые 3 минуты или после 3 – 4 игровых действий меняется мяч на мяч другого веса и размера (например, джумбо № 3 – 4 – 5 – 8).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • включение вратаря • в зависимости от мяча, в случае гола, даются различные баллы. 	<p>В этой игре ребенок получает стимул к управлению пространством и функциональной ориентации в игровой ситуации, развивая способность управления мячом и удара по воротам. Также стимулируется децентрализация (передача мяча товарищу, находящемуся в лучшем положении).</p>  <p>В пространстве размером 25 х 25 м встречаются две команды, состоящие каждая из 4 игроков. Каждая команда должна защищать двое ворот, расположенных на противоположных сторонах, как это указано на рисунке. Поэтому любая команда может забить гол в двое ворот противника.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ворота можно установить по углам. • нельзя два раза подряд забивать гол в одни и те же ворота. 	<p>В этой игре еще очень мало проявляется способность точно бить мячом по мишеням, из-за того, что мишени находятся в движении. Таким образом стимулируются чувственно-восприимчивые анализаторы, способствующие развитию времени, выбору момента для верного удара...</p>  <p>4 игрока становятся на расстоянии 6 м от квадрата, в котором находятся другие 4 игрока второй команды. Игроки с мячом должны постараться попасть в других игроков в центре, ударяя мяч ногой или руками (резиновые мячи). После определенного времени, все меняются ролями.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра идет только одним мячом. • если мяч задержан внутри квадрата или блокирован одним из игроков в центре, можно сохранить одну жизнь или забрать ее у противника. 	<p>Данное упражнение стимулирует игрока посредством соревнования и выполнения технического движения «точного удара», направляя мяч в точно определенные пункты. Кроме того, использование инвентаря способствует внутреннему удовлетворению от получения баллов и видимой логической связи зона-мишень.</p>  <p>Игроки располагаются с мячом на расстоянии 8 – 10 м от снаряда «координатор частоты» (смотри раздел «инвентарь футбольной школы»), разделенного на секторы. Каждый сектор соответствует определенной сумме баллов. Ребята должны бить мячом в направлении координатора, стараясь, естественно, направить его в сектор с наиболее высоким количеством баллов (наиболее дальний сектор).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • изменить положение (угол удара) 	<p>Основная техническая цель: УДАР ПО ВОРОТАМ</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра с различными мячами 10' • Моторный маршрут 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра с 4 воротами 15' • Видеоигра 15' • Удар по мишени 15' СВОБОДНАЯ ИГРА 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цветные колышки и конусы • Цветные ограничители • Цветные резиновые мячи различных размеров • Цветные куртки • «Координатор частоты» • «Медузы» • Маты • Ворота ограниченных размеров <p style="text-align: center;">«Жизнь - это не свеча. Это разновидность прекрасного факела, который я держу в руке и хочу, чтобы он горел как можно ярче» Д.Б. Шоу</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 5

КАТЕГОРИЯ «МАЛЕНЬКИЕ ДРУЗЬЯ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

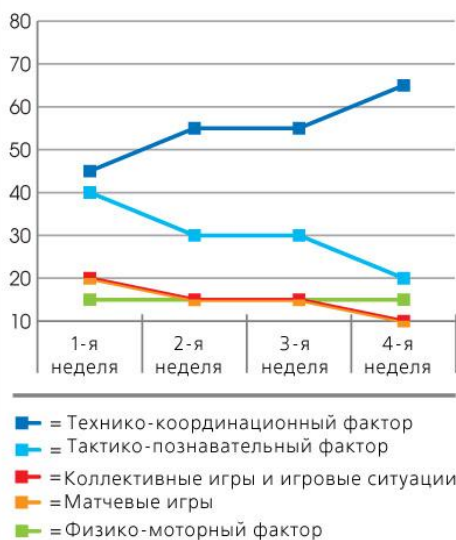
- На этом этапе ребенок постоянно получает стимулы для улучшения координации движения, исследуя и пробуя выученные умения в новых коллективных играх и игровых ситуациях, которые постепенно становятся все сложнее. Это способствует

ознакомлению с другими игровыми элементами, находящимися вокруг него, с которыми он может достичь желаемых результатов: товарищи.

- Во время этих тренировок важно, чтобы тренер наблюдал реакцию учеников на встречаемые проблемы и на то, как они самостоятельно реагируют на такие стимулы.

- Одной из игр, предлагаемых на уроке, является «Отними мяч и бей», игра, встречаемая на первых уроках и предлагаемая в новой форме, так как в этом случае игрок-победитель в соревновании, имеет право удара по воротам, чтобы получить сверху еще один балл.

Месячный график



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**

Контроль мяча в режиме трудностей (прессинг).

- ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**

Сотрудничать, чтобы бить по мячу
Передвигаться, чтобы противостоять

- ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**

Моторное сочетание, улучшение общей координации в режиме скорости

№ УРОКА: _____

№ НЕДЕЛИ: _____

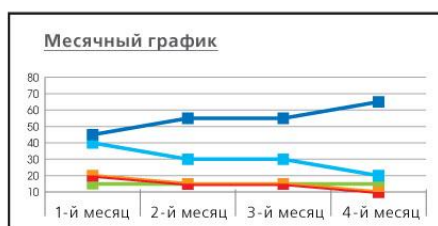
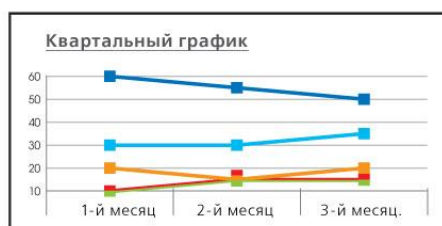
№

СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №13

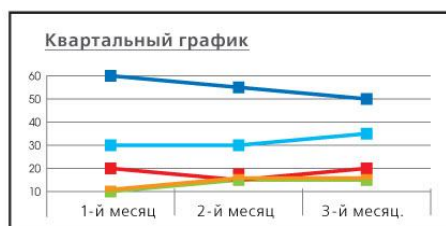
ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 5
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бить/бросать, чтобы попасть/достичь неподвижной или подвижной мишени. <ul style="list-style-type: none"> ● Пленный мяч 10' ● Игра бочче 15' ● Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Признание сотрудничества. ● Передвигаться, чтобы противодействовать <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мяч у пленника 15' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мини-матчи 2:1 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота и развитие способности моторного контроля в режиме быстроты <ul style="list-style-type: none"> ● Отними мяч и бей 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Пленный мяч 10' ● Отними мяч и бей 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра бочче 15' ● Мини-матчи 2:1 15' ● Мяч у пленника 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА (матчи в ограниченном пространстве 3 против 3 или 4 против 4) 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● удар по воротам 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передвигаться, чтобы противостоять 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота. 	<p>● Цветные кегли</p> <p>● Маркеры</p> <p>● Цветные резиновые мячи различных размеров</p> <p>● Кольшки</p> <p>● Барьеры</p> <p>● Цветные куртки</p>

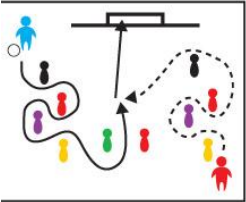
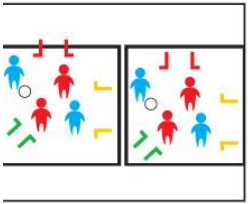
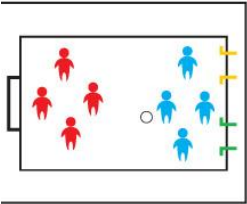
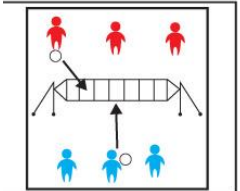


УРОК №13: ПЕРЕДАЙ МЯЧ И ПОБЕДИ

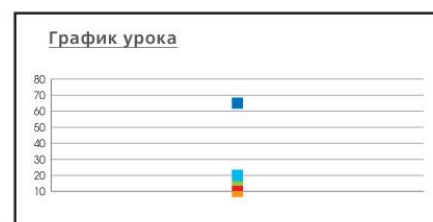
<p style="text-align: center;">Плененный мяч</p> <p>Способность передвигаться, чтобы уклониться от мяча и не быть пораженным. Стимулирует также передвижение для приема (освобождающийся пленник) и перехвата (команда мячом не владеет). Координация глаз и рук, бросать и ловить мяч.</p>  <p><i>Это состязание между двумя командами, когда какая-либо команда имеет у себя «плененную команду», расположенную позади. Целью игры является захват всех противников, попав в них мячом, или захватить мяч, брошенный противником, в воздухе руками. Бросок совершается руками. Если бросок не удается, мяч переходит другой команде. Если удастся, пораженный игрок идет в плен к команде противника (за линию из кеглей). Пленник может быть освобожден, если получит мяч от одного из своих товарищей. Побеждает та команда, которая первой пленит всех игроков или которая по завершении определенного времени, будет иметь больше пленных</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • включение вратаря • в зависимости от мяча, в случае гола, даются различные баллы. 	<ul style="list-style-type: none"> • изменять размеры и форму мяча (например, мяч для регби) • играть ногами, с брейющим мячом. • игра руками/ногами, если получает руками, то и бросает руками/бьет ногами. <p style="text-align: center;">Мини матчи 2 против 1</p> <p>Ситуация численного превосходства способствует поведению сотрудничества с товарищем у игрока с мячом, и наоборот, игроку, играющему одному, способствует перемещаться, чтобы противостоять противнику и перехватывать мяч.</p>  <p><i>Соревнование происходит между двумя командами, состоящими одна из 2 игроков, а вторая из одного. После определенного времени (например, 3 – 5 минут) или после определенного сигнала (например, после каждого забитого гола) происходит смена ролей и состав команд.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • гол игрока, играющего в одиночку, стоит два балла. • изменение размера мяча. 	<ul style="list-style-type: none"> • дифференцировать ворота того, кто играет в одиночку, от ворот тех, кто играет вдвоем. <p style="text-align: center;">Мяч у пленника</p> <p>Подстегивает игрока перемещаться для приема мяча и затем ударить/бросить и направить в свободное пространство.</p>  <p><i>Эта игра является начальным вариантом игры «пленный мяч». Ученики начинают играть все в игровом пространстве. Двое учеников (по одному из каждой команды) размещаются с наружной стороны установленной линии. Побеждает команда, которая передаст больше мячей своему пленнику. Пленники могут меняться по очереди или после каждого полученного балла.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • изменение величины зоны пленников. • изменение размера мяча. • изменение количества пленников. 	<p style="text-align: center;">Игра бочче</p> <p>Данная игра подстегивает ребят точно и с расчетливой силой бить по мячу, развивая способность дифференциации и улучшая чувствительность при ударе мячом</p>  <p><i>4 игрока бьют по своим мячам, каждый имеет мяч, по цвету отличающийся от других. Они должны приблизить как можно ближе свои мячи к большому мячу (бочче). Так как это традиционная игра, то побеждает тот, кто первым наберет определенную сумму баллов (например, 15).</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • увеличить расстояние от линии удара. • каждый игрок имеет в распоряжении 2 и более ударов. • играть командами. • тот, кто приблизится к большому мячу, сбив мяч противника, заработает очко. 	<p style="text-align: center;">МОДУЛЬ 5</p> <p>Основная техническая цель: ПРОХОД - ПЕРЕДАЧА</p> <p>Последовательность тренировок: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Плененный мяч 10' • Отними мяч и бей 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мини-матчи 2:1 15' • Мяч у пленного 15' • Игра бочче 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА: (матчи в ограниченном пространстве) 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цветные кегли • Маркеры • Цветные резиновые мячи различных размеров • Колышки • Барьеры • Цветные куртки <p>«От ребенка взрослому: не делай для меня то, что я могу сделать сам, это заставит меня чувствовать так, как чувствует ребенок, и не даст мне никогда вырасти» Эрбавольо</p>
--	---	---	--	---

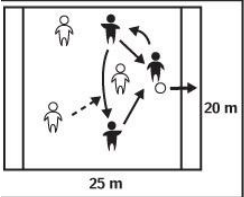
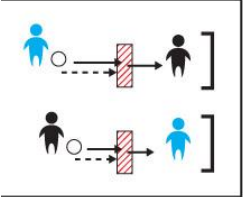
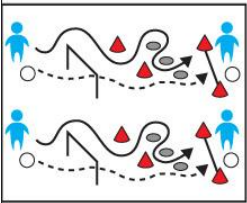
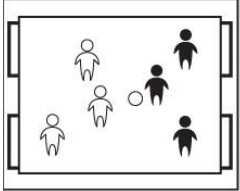
ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 5
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ударять, чтобы бить по воротам в режиме трудностей Маршрут с ударом при временном давлении 10' Свободная игра 15' Удар под шнуром 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Сотрудничать, чтобы ударить. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч 15' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 2 против 2 с 6 воротами 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Развитие моторного контроля в режиме быстроты Эстафета с параллельным маршрутом 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч 15' Маршрут с ударом при временном давлении 10' Удар под шнуром 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> 2:2 с 6 воротами 15' Эстафета с параллельным маршрутом 15' СВОБОДНАЯ ИГРА 15' <p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Цветные колышки и конусы Цветные ограничители Цветные резиновые мячи различных размеров Цветные куртки «Координатор частоты» «Медузы» Маты Ворота ограниченных размеров
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ведение мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> передвигаться, чтобы противостоять 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> быстрота. 	



Маршрут с ударом при временном давлении	2 против 2 с 6 воротами	Матч	Удар под шнуром	<u>МОДУЛЬ 5</u>
<p>Это упражнение стимулирует способность ведения мяча в режиме скорости и выполнять удар под давлением противника, пытающегося помешать его выполнению.</p>  <p>В этом виде маршрута соревнуются два игрока из противоположных команд, они осуществляют слалом, один с мячом (нападающий), а другой без него. Нападающий после слалома между кеглей завершает маршрут ударом по воротам, в то время как защитник после слалома создает помехи нападающему. По завершении упражнения меняются ролями.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ворота защищаются вратарем. • защитник начинает с той же стороны, что и нападающий, с небольшой пробежки (например, слалом с 2 кеглями труднее для преодоления). 	<p>Этой разновидностью игры стимулируется способность сотрудничества, направленного для удара по воротам. Факт наличия ворот способствует выполнению задачи, в то время как разные виды ворот стимулируют игрока распознавать их и дифференцировать их форму и размеры, что определяет последующее выполнение.</p>  <p>В пространстве, размером 20 x 20 м две команды, состоящие каждая из 2 игроков, соревнуются в матче, где установлены 3 ворот для каждой команды. Ворота должны быть разного размера и формы.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • гол в самые маленькие ворота стоит 2 балла. • гол в уничтоженные ворота: нельзя забивать гол в эти ворота, если он не забит еще в другие ворота. 	<p>Этот вид матча стимулирует игрока ориентироваться главным образом по отношению к достигаемой цели, которой в этом случае является гол, раз в сторону одних ворот, второй раз в сторону двух ворот. Способность пространственно-временной ориентации и стимуляция сотрудничества являются составными частями, способствующими взрослению ребенка без всякой спешки.</p>  <p>В этой игре встреча происходит между двумя командами, имеющими различные задания. В частности одна команда атакует 2 маленьких ворот, в то время как другая - одни большие. Затем они меняются местами. При смене можно использовать вратарей.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • использование ворот больших размеров с временным вратарем. • предусмотреть зону, в которую нельзя заходить (удар производится извне). 	<p>Данная игра подстегивает игрока к развитию чувственно – восприимчивых анализаторов, оценивая направление и скорость мяча. Для лучшего выполнения упражнения необходимо использовать также способность по прогнозированию.</p>  <p>Игра проходит с 6 игроками, разделенными на две команды, на площадке размерами 15 x 15 м. На середине поля устанавливается в горизонтальном положении параллельно земле и на высоте около 1 м «координатор частоты». Каждая команда имеет один мяч, который игроки должны пробивать под координатором для того, чтобы преодолеть лицевую линию команды противника. Игроки противоположной стороны должны задержать мяч, используя различные части тела, за исключением рук. Побеждает команда, преодолевшая большее количество раз лицевую линию противника.</p>	<p>Основная техническая цель: УДАР ПО ВОРОТАМ</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Матч 15' • Маршрут с ударом при временном давлении 10' • Удар под шнуром 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2:2 с 6 воротами 15' • Эстафета с параллельным маршрутом 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цветные колышки и конусы • Цветные ограничители • Цветные резиновые мячи различных размеров • Цветные куртки • «Координатор частоты» • «Медузы» • Маты • Ворота ограниченных размеров <p>«Только дети знают то, что ищут; теряют на время тряпичную куклу, и она становится такой важной, что если ее не найти, они плачут» А. Де Сент Экзюпери</p>

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 5
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бежать, чтобы вести мяч в быстром режиме. ● Бить, чтобы ударить при временном давлении. <ul style="list-style-type: none"> ● Соревнование по ударам с пасом самому себе 10' ● 5 пасов мяча к цели 15' <ul style="list-style-type: none"> ● Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Анализ и решение моторного задания в ситуации соревнования. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Охрана и воров с мячом джумбо 15' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч с 4 воротами 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Моторный контроль в режиме быстроты. ● Эстафета с параллельным маршрутом 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Охрана и воров с мячом джумбо 10' ● Эстафета с параллельным маршрутом 15' ● Соревнование по ударам с пасом самому себе 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 5 пасов мяча к цели 15' ● Матч с 4 воротами 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА: (игра, выбранная ребятами) 15'</p>
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			Количество детей:
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ведение мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передвигаться, чтобы противостоять 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота. 	<p>Продолжительность: 80'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки



				МОДУЛЬ 5	
<p>5 пассив мяча к цели</p>	<p>Соревнование по ударам с пасом самому себе</p>	<p>Эстафета с параллельным маршрутом</p>	<p>Матч с 4 воротами</p>		
<p>В этой игре ребята стимулируются для поиска сотрудничества с товарищами. Она способствует улучшению передвижения игроков без мяча для того, чтобы получить (оторваться от противника) или перехватить мяч или выполнить моторные комбинации (получить и вести в конечную зону).</p>	<p>Это упражнение, предлагаемое в виде соревнования, стимулирует способность бега с мячом в режиме временного давления (противодействия) и способствует улучшению способности направлять мяч для удара по воротам.</p>	<p>Имеет целью улучшить общую координацию в режиме быстроты и способность моторной комбинации. Стимулирует игрока выбирать эффективные моторные решения, чтобы закрыть пространство, требуемое для пробега, за как можно более короткое время.</p>	<p>Предлагаемая игра в различных вариантах, в частности, с мячом джумбо № 8, предлагаемая на этом этапе, стимулирует умение управления пространством и ориентацию в игровой ситуации, развивая способность направлять мяч для удара (забить гол) и способствуя децентрализации (передача мяча товарищу, находящемуся в лучшем положении).</p>	<p>Основная техническая цель: ПОДАЧА - ТОЧНЫЙ УДАР</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРА ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Охрана и воры с мячом джумбо 10' ● Эстафета с параллельным маршрутом 15' ● Соревнование по ударам с пасом самому себе 10' 	
				<p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 5 пассив мяча к цели 15' ● Матч с 4 воротами 15' 	
<p>На поле размером 25 x 30 м встречаются две команды по 3 игрока в каждой. Игра заключается в выполнении большего количества целей (линия цели = лицевая линия). Однако для выполнения цели каждая команда должна совершить 5 последовательных пассив руками, в то время как для достижения цели необходимо вести мяч ногами. Тот, у кого мяч в руках, не может двигаться и его нельзя касаться (нельзя у него отбирать мяч из рук). Цель считается достигнутой, если все товарищи команды играли мячом в этом действии.</p>	<p>Две команды встречаются в соревновании «удар по воротам с пасом самому себе» (смотри игру урока 7). Удары по воротам должны проводиться в точно определенное тренером время (например, 5 мин.). Побеждает команда, забившая большее количество мячей.</p>	<p>На двух одинаковых и параллельных моторных маршрутах соревнуются две команды, мяч является свидетелем, которого нельзя потерять юным игрокам. Побеждает команда, которая согласно правилам финиширует с меньшим временем.</p>	<p>Игра заключается в соревновании между двумя командами, в котором каждая команда имеет в наличии двое ворот для проведения ударов, а также двое ворот для защиты... Побеждает та команда, которая забьет большее количество голов.</p>	<p>СВОБОДНАЯ ИГРА: (игра, выбранная ребятами) 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p>	
<p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● изменять количество пассив, совершаемых руками. ● изменять размеры ● увеличивать или уменьшать ширину линии цели. 	<p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● побеждает команда, которая первой забьет 15 голов. ● ворота защищаются вратарем. ● нападающий и вратарь производят пас самому себе и удар/остановку после определенного маршрута. 	<p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● изменять размеры мяча, инвентаря и дистанции маршрута. ● изменять режим движения (например, имитация животных: лягушки, рака и т.д.) 	<p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● использовать одного или двух вратарей на команду. ● различные размеры ворот, разная сумма баллов, в зависимости от ворот. 	<p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки <p>«От ребенка взрослому: не защищай меня от последствий, мне необходимо узнать их» <i>Л Эрбавольо</i></p>	

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 6

КАТЕГОРИЯ «МАЛЕНЬКИЕ ДРУЗЬЯ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

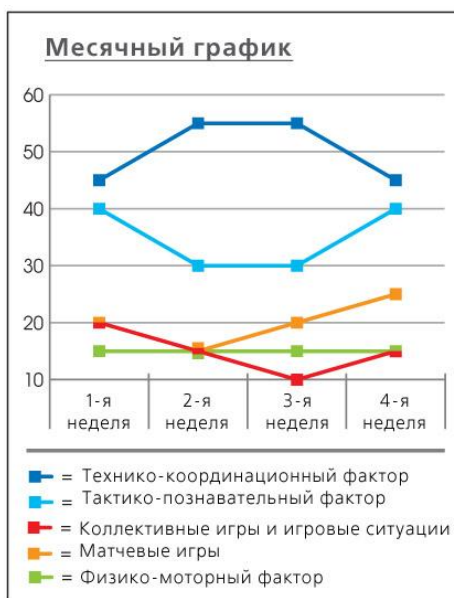
- Игра «часы» (С. Д Оттавио, «Соревновательные игры для развития технической быстроты в футболе» - Дидактика движения, 1989): смысл игры заключается в соревновании, в котором соперничающие команды выполняют разные задания. На деле одна или более команд стараются заработать как можно больше баллов, в то время как другая команда определяет, выполняя другое упражнение, время, находящееся в ее распоряжении.

- Упражнения на точность теперь должны предлагаться с повышенным уровнем трудности, они включаются в игровые ситуации и соревнования, позволяющие детям проверять свои полученные умения.

- В случае если не все дети эффективно выполняли упражнения, необходимо облегчить задание, предлагая соответствующие более простые варианты.

- «Направить удар», чтобы «ударить по воротам» и «бежать», чтобы «ударить по воротам», являются целями проведения игр – матчей. Например, использование «Большущих ворот» способствует этому обучению

- По завершении этого периода необходимо провести технические тесты для проверки знаний ребят и действенности выполненной дидактической программы.



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**

Контроль техники в режиме быстроты.

- ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**

Способность наносить удар в ситуации соревнования, способность принимать мяч в ситуации соревнования.

- ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**

Моторное сочетание, улучшение общей координации в режиме быстроты.

№ УРОКА: _____

№ НЕДЕЛИ: _____

№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

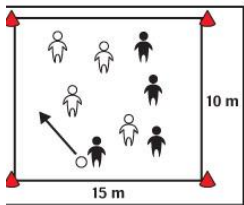
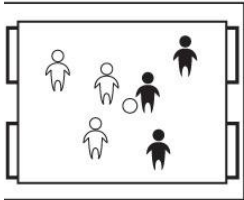
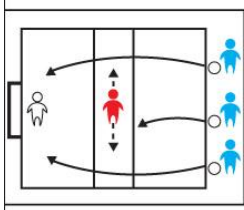
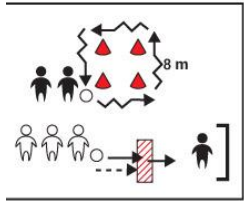
ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №16

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 5
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Направленно ударить по мячу для его передачи и удара по воротам. • Бежать, чтобы преодолеть противника при его численном превосходстве. • Соревнование по ударам с пасом самому себе - игра «часы» 10' • Таможенник с ударом по воротам 15' • Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Способность удара в ситуации соревнования. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Большущие ворота 15' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 ворот 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развитие способности моторного контроля. • Начальная акробатическая деятельность 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Большущие ворота 15' • Начальная акробатическая деятельность 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 ворот 15' • Таможенник с ударом по воротам 15' • Соревнование по ударам с пасом самому себе - игра «часы» 10' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА: (игра, выбранная ребятами) 10'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цветные кегли • Маркеры • Цветные резиновые мячи различных размеров • Кольшки • Барьеры • Цветные куртки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • ведение мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • передвигаться, чтобы противостоять 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • быстрота. 	



УРОК №16: МЫ ПРЕОДОЛЕВАЕМ ПРОТИВНИКА

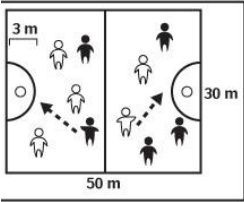
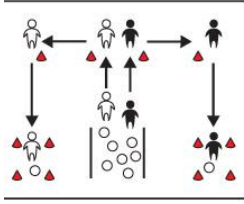
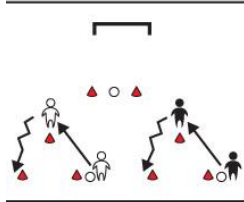
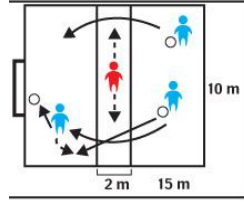
Большущие ворота		Игра в 4 ворот		Таможенник с ударом по воротам		Матч с 4 воротами		МОДУЛЬ 6	
<p>В этой игре стимулируется способность удара в многочисленных игровых ситуациях и чувствительность моторного контроля при ударе низового мяча.</p>  <p>На поле размером 15 x 10 м встречаются две команды по 4 игрока в каждой. Цель игры заключается в проведении как можно больше голов в широкие ворота, ширина которых ограничивается кеглями. Гол засчитывается, если высота удара не превышает высоту кеглей.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • удару предшествует определенное количество пасов. • изменять размеры мяча в игре. • возможность проводить удар после преодоления середины поля. 		<p>У ребенка по завершении второго цикла функционально развиваются умения, которые он изучает и проверяет, он находится в постоянном поиске эффективных решений известных моторных задач. В этом случае, в игре в 4 ворот, стимулируется умение целиться в ворота на этапе атаки, выбирая из многих решений (количество ворот и количество товарищей).</p>  <p>Игра заключается в соревновании между двумя командам, каждая из которых имеет в распоряжении двое ворот для проведения гола, однако и двое ворот для защиты... побеждает та, которая забьет большее количество голов.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • изменение размеров ворот, их формы и их местоположения. • назначить разное количество баллов за каждые ворота. • ворота могут защищаться одним или двумя вратарями. 		<p>В этой игре в последующем стимулируется способность преодолевать противника в простых ситуациях и при большом численном превосходстве. В отличие от других подобных ситуаций, встречаемых ранее, защитник (таможенник) теперь находится в определенной зоне с большими возможностями для движения.</p>  <p>Трое игроков ведут мяч так, чтобы преодолеть защитника (таможенника), находящегося в определенной ограниченной зоне. Как только таможенник преодолен, игроки бьют по воротам, защищаемым вратарем. По завершении действия, начинают другие три игрока.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • изменять количество игроков, начинающих одновременно. • изменять пространство действия защитника и возможность вмешательства вратаря. 		<p>Посредством этой игры одновременно тренируется способность удара и ведения мяча под временным давлением и быстрота движения, способствуя игроку в решении простых моторных заданий с максимальной быстротой и максимальной точностью.</p>  <p>Две команды соревнуются в игре «часы». В то время как одна команда после выполнения пасов осуществляет удары по воротам, другая команда определяет продолжительность игры, ведя мяч вокруг квадрата, с размером стороны 8 м.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • разнообразить виды пасов самому себе. • включить один источник помех в часы. 		<p>Основная техническая цель: УДАР ПО ВОРОТАМ</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Большущие ворота 15' • Начальная акробатическая деятельность 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 ворот 15' • Таможенник с ударом по воротам 15' • Соревнование по ударам с пасом самому себе - игра «часы» 10' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА: (игра, выбранная ребятами) 10'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цветные кегли • Маркеры • Цветные резиновые мячи различных размеров • Кольшки • Барьеры • Цветные куртки <p style="text-align: center;"><i>«Дети, даже находящиеся в невыгодных условиях, прежде всего являются детьми»</i> ЮНИСЕФ</p>	

УРОК №17

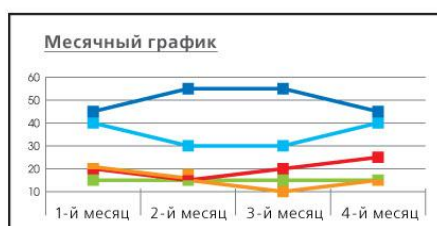
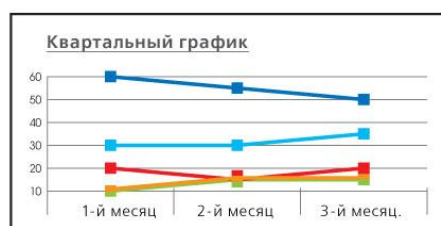
ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 6</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передача и прием низкого мяча. • Опустошаем корабль 15' • Соревнование треугольников 15' • Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Поиск решения альтернативной игры. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Большая битва 10' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Забей гол и играй 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развитие моторного контроля в режиме быстроты. • Моторный параллельный маршрут 5' • Деятельность по развитию чувства мяча 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Большая битва 10' • Моторный параллельный маршрут 5' • Деятельность по развитию чувства мяча 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Опустошаем корабль 15' • Соревнование треугольников 15' • Забей гол и играй 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА: (игра в ограниченном пространстве 3:3 или 4:4) 10'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p>
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • удар по воротам 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • передвигаться, чтобы получить мяч 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • быстрота 	<p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цветные кегли • Маркеры • Цветные резиновые мячи различных размеров • Колышки • Барьеры • Цветные куртки

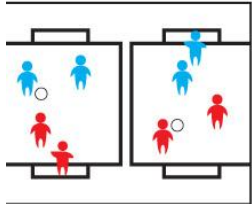
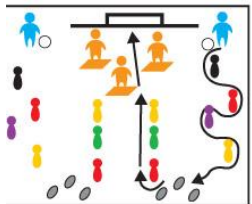
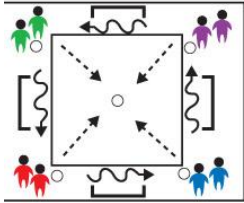
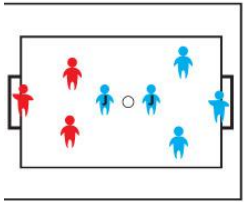


УРОК №17: СОТРУДНИЧАЙ И ЗАСТАВЬ ЗАБИТЬ ГОЛ

		МОДУЛЬ 6		
<p>Большая битва</p> <p>Пропедевческая и альтернативная матчу игра представляет моторно-познавательные условия настоящего соревнования, представляя различные игровые ситуации, стимулирующие ребенка уделять максимальное внимание вариантам игры.</p>  <p>На игровом поле размером 30 x 50 м, разделенном пополам, располагаются по 5 игроков от каждой команды. На лицевой линии поля располагаются внутри полукруга два мяча (по одному на каждую половину поля). Полукруги (радиусом 3 м.) определяют свободную зону, в которую могут войти только нападающие. Цель игры заключается в захвате мяча, находящегося в свободной зоне половины поля противника и доставке его руками как можно быстрее на свою половину. Тот, кто первым принесет мяч в свободную зону своей половины, получит балл. Однако, внимание, не будьте захвачены сами!!! Игрок, вторгшийся на половину поля противника, может быть захвачен противником: тот, кого коснулся защитник, должен остановиться и сесть (или присесть на корточки) и ожидать своего освобождения одним из своих товарищей (достаточно его касания), чтобы заново подключиться к игре.</p>	<p>По завершении одного действия (очко) мячи должны быть заново возвращены в свободную зону, и игра начинается снова.</p> <p>Опустошаем корабль</p> <p>Этот вид упражнения стимулирует способность направить ударом мяч для его передачи в режиме быстрой и точности в ситуации временного давления, стимулируя различные виды сотрудничества (командная игра). Другим стимулируемым элементом является прием мяча.</p>  <p>Соревнование происходит между двумя командами, имеющими задание вынести мячи с корабля в соответствующие склады посредством пасов товарищам, находящимся на последовательных станциях. Победит тот, кто соберет больше мячей.</p>	<p>Игра треугольников</p> <p>Этот вид упражнения стимулирует способность точного направленного удара мячом в режиме быстрой и способствует перемещению игрока с мячом для выполнения последующего паса (бежать, чтобы сделать пас).</p>  <p>В этой игре соревнуются две команды, каждая из которых состоит из двух игроков. Два игрока выполняют вокруг одного треугольника 10 различных пасов и ведут мяч к свободному углу. Тот, кто придет первым, получает право на один штрафной удар.</p> <p>Забей гол и играй</p> <p>Этот вид игры стимулирует ребенка к признанию в игре товарища, с которым он сотрудничает, для достижения поставленной задачи, являющейся в этом случае голом. Кроме того, игрок, завершивший успешно задание, имеет возможность перемещаться, чтобы получить мяч и помочь товарищу, находящемуся в затруднительном положении</p>	 <p>Три игрока, каждый с мячом, и один без мяча, находящийся в центре поля размером 15 x 10 м.</p> <p>Ребята с мячами начинают от лицевой линии поля, и после преодоления противника, расположенного в 2 метрах от центра поля, забивают гол. Любой из них, после того как забил гол, может помочь товарищу, который должен сейчас преодолеть противника. Игроку, находящемуся в затруднении, не обязательно в этом случае делать пас, он свободен в выборе: прибегнуть к помощи товарища или, наоборот, преодолеть противника с помощью дриблинга, показав эгоцентризм, который еще характеризует этот возрастной этап, технические умения и моторные фантазии ребенка. Напоминаем вам, что факт не передачи мяча товарищу, сотрудничающему с ним, не означает, что задача выполнена неправильно...</p>	<p>Основная техническая цель: ПОДАЧА И ПРИЕМ</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Большая битва 10' ● Моторный параллельный маршрут 5' ● Деятельность по развитию чувства мяча 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Опустошаем корабль 15' ● Соревнование треугольников 15' ● Забей гол и играй 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА: (игра в ограниченном пространстве 3:3 или 4:4) 10'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Колышки ● Барьеры ● Цветные куртки <p style="text-align: center;">«Каждый ребенок имеет право на свободу, и дети, живущие свободно, не должны злоупотреблять этим» ЮНИСЕФ</p>

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 6
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Контроль мяча и развитие способности дифференциации. ● Моторный маршрут с пасом самому себе и преодолением препятствий 15' ● Свободная игра 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Передача и прием мяча в ситуации соревнования. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Большая битва 15' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 2:2 атака при численном превосходстве 15' ● 4:4 с джокером 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Моторный контроль в режиме быстроты. ● Эстафета в квадрате 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Большая битва 15' ● 2:2 атака при численном превосходстве 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Моторный маршрут с пасом самому себе 15' ● Эстафета в квадрате 15' ● 4:4 с джокером 10' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные колышки и конусы ● Цветные ограничители ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Цветные куртки ● «Координатор частоты» ● «Медузы» ● Маты ● Ворота ограниченных размеров
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● удар по воротам 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передвигаться, чтобы противостоять 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота 	



		МОДУЛЬ 6		
<p>2 против 2 атакуют при численном превосходстве</p>	<p>Моторный маршрут с пассом самому себе и «препятствиями»</p>	<p>Эстафета в квадрате</p>	<p>4 против 4 с джокером</p>	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p>
<p>На этом этапе игры постоянно предлагается игра 2 против 1. При этом стимулируется как способность перемещения в ситуации соревнования, так и способность принимать решения. Действительно, действия могут следовать одно за другим, в дриблинге или принимая сотрудничество товарища.</p>  <p><i>Матч оспаривается между 2 командами, состоящими из 2 игроков каждая. На этапе защиты один из 2 игроков должен идти к воротам, способствуя, таким образом, соревнованию «2 против 1» с вратарем. Когда оборона перехватывает мяч необходимо начинать действовать вратарю, предоставляя, таким образом, возможность команде, которая защищается в этот момент, реорганизовать свой порядок: один игрок в воротах и один в защите.</i></p>	<p>Этим упражнением стимулируется способность комбинировать технические и моторные движения, способствуя развитию способности дифференциации. Преодоление препятствий и присутствие силуэтов игроков при завершающем ударе, создают большие трудности для выполнения маршрута.</p>  <p><i>По сторонам от одних ворот располагаются два симметричных маршрута, в которых предусмотрено, чтобы игроки выполнили ведение мяча, слалом, преодоление различных препятствий, после чего пробили мяч с пассом самому себе в зону, разграниченную некоторыми маркерами. После выполнение пасса самому себе игрок должен направить мяч ударом для удара по воротам, избегая силуэтов игроков, размещенных между зоной удара и воротами.</i></p>	<p>В этой игре есть возможность быстрее всего бить по мячу, чтобы получить очко или забить гол. При этом стимулируется способность моторной комбинации и выполнения ведения мяча в быстром режиме.</p>  <p><i>Четыре команды, каждая с мячом, состоящие из нескольких игроков, располагаются на вершинах квадрата. По сигналу тренера первый игрок каждой команды должен вести мяч вокруг квадрата, чтобы привести его на исходную точку, после чего стартует следующий товарищ данной команды. Последний игрок каждой команды после того, как он пройдет свой квадрат, бежит в центр, чтобы ударить мячом в один из ворот, расположенных за площадкой, для подтверждения победы своей команды. После каждого соревнования предусматривается смена положения.</i></p>	<p>Соревнование при постоянном численном превосходстве атакующей команды. Способствует развитию способности пространственно-временной ориентации, оптимизируя, таким образом, использование пространства на этапе защиты. Игровая ситуация, предусматривающая сильное численное превосходство, вызывает у игрока чувство радости от постоянной адаптации к новым игровым ситуациям.</p>  <p><i>Встреча развивается как обычное соревнование 4 против 4 с постоянным вратарем. Два игрока в куртках цветов своих команд играют роль джокера и сотрудничают с командой, владеющей мячом, определяя соревнование 5 против 3, меняя все время ситуацию численного превосходства/зависимости. Предусмотреть обмен ролями (как джокеров, так и вратарей).</i></p>	<p>Последовательность тренировки: ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Большая битва 15' ● 2:2 атака при численном превосходстве 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Моторный маршрут с пассом самому себе 15' ● Эстафета в квадрате 15' ● 4:4 с джокером 10' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные колышки и конусы ● Цветные ограничители ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Цветные куртки ● «Координатор частоты» ● «Медузы» ● Маты ● Ворота ограниченных размеров <p>«Гению вы не должны давать, а черпать из него...» К. Жибран</p>

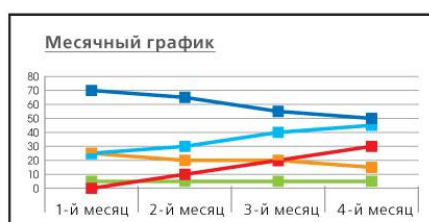
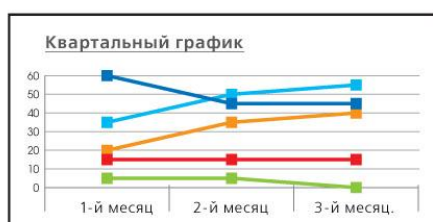
ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 7

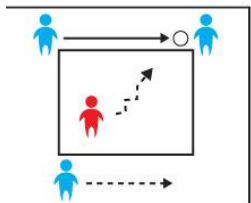
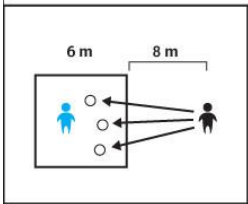
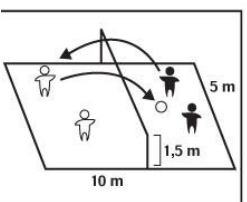
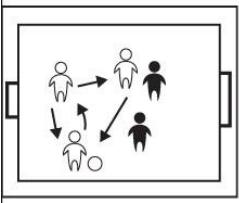
КАТЕГОРИЯ «МАЛЕНЬКИЕ ДРУЗЬЯ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

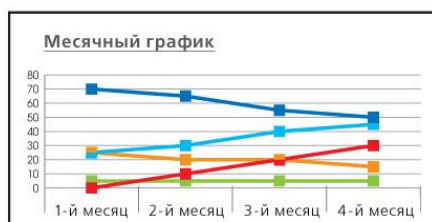
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> Находясь в футбольной школе, необходимо чтобы дети имели возможность соревноваться со своими сверстниками из других футбольных школ, встречаясь на различных праздниках и мероприятиях, организуемых Региональными комитетами, или Обществами. Деятельность, предлагаемая на этих мероприятиях, должна всегда быть разной, с возможностью проверки игры посредством многочисленных предложений. В этом новом цикле ребята должны больше себя реализовывать в игре с товарищами, играя с другими и экспериментируя новые виды сотрудничества. Будет неплохо контролировать развитие от эгоцентрического этапа до децентрализации, учитывая время обучения каждого. 	<p align="center">Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для Месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Неделя</th> <th>Техничко-координационный фактор</th> <th>Тактико-познавательный фактор</th> <th>Коллективные игры и игровые ситуации</th> <th>Матчевые игры</th> <th>Физико-моторный фактор</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-я неделя</td> <td>70</td> <td>25</td> <td>0</td> <td>25</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>2-я неделя</td> <td>65</td> <td>30</td> <td>10</td> <td>20</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>3-я неделя</td> <td>55</td> <td>40</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>4-я неделя</td> <td>50</td> <td>45</td> <td>30</td> <td>15</td> <td>5</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор	1-я неделя	70	25	0	25	5	2-я неделя	65	30	10	20	5	3-я неделя	55	40	20	20	5	4-я неделя	50	45	30	15	5	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Бежать и перемещаться, предусматривая и следуя другим видам движения (способность комбинирования). ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Способность контроля мяча, способность перемещаться для выполнения технических комбинаций в игровых ситуациях. ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Моторная комбинация, улучшение общей координации в режиме скорости. <p>№ УРОКА: _____</p> <p>№ НЕДЕЛИ: _____</p> <p>№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор																											
1-я неделя	70	25	0	25	5																											
2-я неделя	65	30	10	20	5																											
3-я неделя	55	40	20	20	5																											
4-я неделя	50	45	30	15	5																											
<p>ПРИМЕЧАНИЕ: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 7
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Способность принимать/хватать в простых играх. Вновь брошенный мяч 15' Останови мяч 15' Свободная игра 10' Квадрат отрыва от противника 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Развитие способности решения игровых ситуаций в сотрудничестве (при численном превосходстве). <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Большущие ворота 10' Мини- матчи 3 против 2 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Подвижность суставов. Деятельность по улучшению чувства и моторного контроля мяча 5' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Большущие ворота 10' Деятельность по улучшению чувства и моторного контроля мяча 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Квадрат отрыва от противника 10' Останови мяч 15' Вновь брошенный мяч 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА (матчи в ограниченном пространстве 3:3 или 4:4) 10'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Цветные кегли Маркеры Цветные резиновые мячи различных размеров Кольшки Барьеры Цветные куртки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> бросать/бить, принимать, чтобы сделать пас 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность руководить пространством по отношению к противнику 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> быстрота 	<ul style="list-style-type: none"> Цветные кегли Маркеры Цветные резиновые мячи различных размеров Кольшки Барьеры Цветные куртки

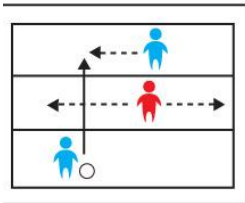
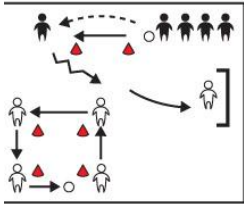
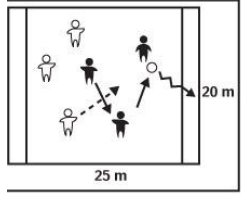
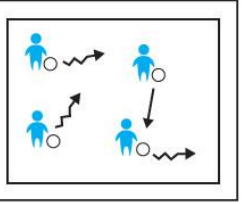


				<u>МОДУЛЬ 7</u>
Квадрат отрыва от противника	Останови мяч	Вновь брошенный мяч	Мини матчи 3 против 2	Основная техническая цель: ПОДАЧА И ПРИЕМ
<p>Это игровая ситуация в которой стимулируется отрыв игрока, находящегося далеко от мяча (оторваться для приема). Действительно, игрок, не имеющий мяча, желая участвовать в игре, должен переместиться в один из свободных углов квадрата. Кроме того стимулируется точность подачи (а также приема), поскольку противник, находящийся внутри квадрата, может перехватить мяч ногой (переместиться для перехвата).</p>  <p>Три внешних игрока подают мяч из-за квадрата. Игрок с мячом должен всегда иметь два решения бокового паса для того, чтобы, как только игрок окажется в противоположном по отношению к мячу углу, он должен остановиться в свободном углу для приема мяча. Игрок, принимающий мяч, проконтролировав, перебрасывает его одному из двух товарищей. Последовательно вмешивается защитник.</p>	<p>Этим упражнением стимулируется получение чувственно-восприимчивой информации, связанной с перемещением для перехвата мяча, идущего из лобового положения, летящего над поверхностью, что способствует соответствующей пространственной – временной ориентации по отношению к расстоянию до мяча и его скорости.</p>  <p>Игрок, находящийся внутри квадрата со стороной в 6 м, должен постараться остановить мячи, бросаемые товарищем, находящимся на расстоянии 8 м от этого квадрата. После пяти попыток считается количество остановленных подач.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • бросок мяча по траектории. • бросок одного мяча за один раз. • бросок одного мяча за один раз при наличии противника, находящегося напротив игрока. 	<p>Этот вид игры стимулирует у ребенка получение чувственно-восприимчивой информации, помогающей ему двигаться для перехвата мяча, имея в распоряжении пространственные и временные составляющие, облегчающие ему выполнение такой задачи, как расчет траектории мяча (чем выше, тем больше будет времени для оценки), фронтальность действия (есть возможность видеть панораму широкого радиуса действия) и т.д.</p>  <p>Игра заключается в броске руками мяча на поле противника, стараясь, чтобы он упал на землю и, чтобы ни один игрок противника его не перехватил. Игра происходит на площадке размером 10 x 5 м, где соревнуются 4 или 6 игроков, разделенных на две команды (2 против 2 или 3 против 3). Игровое поле по центру разделено сеткой или лентой на высоте 1,50 м.</p>	<p>Здесь у нас несколько сложная ситуация по отношению к другим видам матчевых игр, рассматриваемых в предыдущих уроках. В этом случае команда, имеющая численное превосходство, стимулирует сотрудничество для того, чтобы заработать право на штрафной удар, признавая в товарище такого помощника, которого в других ситуациях не признала бы. Игроки команды, находящейся в меньшинстве, стимулируются к перемещению для перехвата и противодействия, чтобы завершить свои действия ударом по воротам (способность удара в ситуации соревнования)</p>  <p>Игроки соревнуются 3 против 2. 3 товарища для того, чтобы забить гол, должны сделать 4 паса, после чего могут пробить штрафной удар. Команда, состоящая из 2 игроков, может забить мяч в маленькие ворота.</p>	Последовательность тренировки: ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ: <ul style="list-style-type: none"> • Большие ворота 10' • Деятельность по развитию чувства и моторного контроля мяча 5' ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ: <ul style="list-style-type: none"> • Квадрат отрыва от противника 10' • Останови мяч 15' • Вновь брошенный мяч 15' СВОБОДНАЯ ИГРА (матчи в ограниченном пространстве 3:3 или 4:4) 10'
				Количество детей: Продолжительность: 80' Материалы: <ul style="list-style-type: none"> • Цветные кегли • Маркеры • Цветные резиновые мячи различных размеров • Колышки • Барьеры • Цветные куртки <p>«Нельзя быть ребенком, не играя, нельзя расти, не играя» ЮНИСЕФ</p>

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 7
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> От моторного поведения к техническому умению: подача, прием и удар (при наличии противника). <ul style="list-style-type: none"> Расстрой подачу 15' Игра «часы»: крути мяч, подай мяч и бей 15' Свободная игра 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Уметь строить отношения при 3 против 3: анализ и решение задачи в сотрудничестве. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> Незванный гость 15' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 5 передач и мяч у цели 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Развитие способности моторного контроля в быстром режиме. <ul style="list-style-type: none"> Соревнование эстафета по маршруту 5' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Незванный гость 15' Соревнование эстафета по маршруту 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Расстрой подачу 15' Игра «часы» 15' 5 передач и мяч у цели 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА (матчи в ограниченном пространстве 3:3 или 4:4) 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Цветные кегли Маркеры Цветные резиновые мячи различных размеров Кольшки Барьеры Цветные куртки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> принимать, чтобы послать и пробить по воротам 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> решение моторных задач по отношению к новым элементам 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> быстрота 	

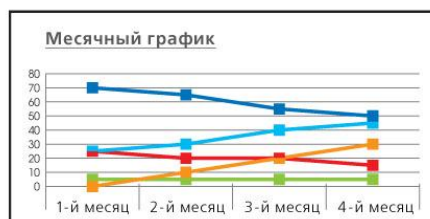
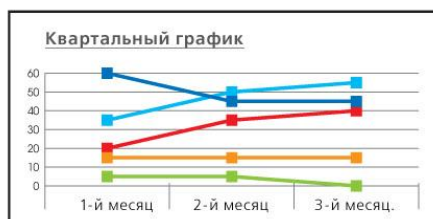


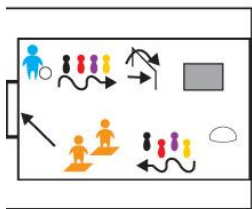
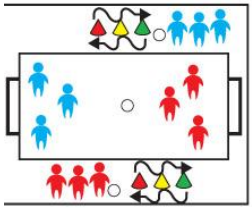
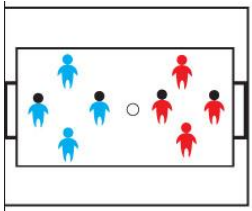
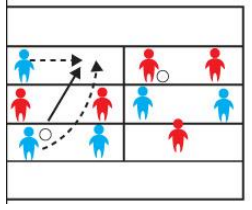
УРОК №20: ИГРАЕМ ВМЕСТЕ, ЧТОБЫ ЗАБИТЬ ГОЛ

Незванный гость				МОДУЛЬ 7	
<p>Эта игра служит для улучшения умения контроля мяча в ситуации, способствующей владению мячом и его защите.</p> 	<p>Упражнение заключается в выполнении ряда фронтальных передач, при которых один игрок противника, находящийся в определенной зоне (квадрат), этому мешает. После определенного количества передач (например, 20) по очереди меняются ролями.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • увеличение количества нападающих. • увеличение количества защитников. • защитник ставится на линию или в зону. 	 <p>Как и в других играх «часов» деятельность предусматривает, чтобы определенное время (в этом случае «крути мяч»), в то время как другое определяло («подай мяч и бей») сумму очков. По времени необходимо сделать 15 правильных последовательных передач (мяч не должен войти в квадрат), перед определением завершения игры противником. И, наоборот, на игровом поле противника игроки располагаются по различным пунктам и с помощью пасса дают возможность товарищу, находящемуся на определенном расстоянии от ворот, направить мяч и ударить по воротам. Ворота защищены вратарем команды противника. Побеждает команда, забившая большее количество голов.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • защитник мешает ударить. • защитник мешает подачам. 	<p>принимать сотрудничество товарищей, способствуя перемещению игроков без мяча для приема (отрыв от противника) или для перехвата и выполнения моторных комбинаций (прием и ведение в зону цели). На этот раз передачу можно сделать в движениях.</p>  <p>На поле размером 25 м x 20 м соревнуются две команды, состоящие из 3 игроков каждая. Игра заключается в достижении большего количества целей (линия цели = лицевая линия). Однако для выполнения целей каждая команда должна совершить 5 последовательных передач руками, в то время как достичь цели можно только посредством ведения мяча ногами. Передачи можно выполнять также в движении. Следует обратить внимание на следующие правила: когда игрок бежит с мячом в руке, необходимо ударить мяч о землю (типа баскетбола, ручного мяча); мяч может быть захвачен только при перехвате (нельзя трогать игрока с мячом).</p>	<p style="text-align: center;">Основная техническая цель: ПОДАЧА И ПРИЕМ</p> <p>Последовательность тренировки: ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Незванный гость 15' • Соревнование эстафета по маршруту 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Расстрой подачу 15' • Игра «часы» 15' • 5 передач и мяч у цели 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА (матчи в ограниченном пространстве 3:3 или 4:4) 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80' Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цветные кегли • Маркеры • Цветные резиновые мячи различных размеров • Кольшки • Барьеры • Цветные куртки <p style="text-align: center;">«Всегда найдется кто-либо, кто захочет решить, кто должен делать что-то, а кто нет. Все дети имеют право на одни и те же возможности» ЮНИСЕФ</p>	
 <p>Каждый игрок ведет мяч в определенном пространстве и в то же самое время должен стараться попасть по мячу других игроков, чтобы выбить его за игровое поле, не позволяя попасть в свой мяч. Игра ведется командами: побеждает команда, у которой на поле осталось больше игроков.</p>	<p style="text-align: center;">Игра «часы»: крути мяч, подай мяч и бей</p> <p>Эта игра развивает у ребенка определенный вид деятельности, побуждая его выполнять техническое задание быстро и как можно точнее. В этом случае стимулируется подача как по часам, так и для игры, что определяет сумму очков, ведение мяча и удар по воротам</p>	<p style="text-align: center;">Расстрой передачу</p> <p>Это упражнение стимулирует у ребенка защиту способности перемещаться для перехвата мяча (прогнозирование), передающегося с одной зоны в другую двумя игроками противника, что в то же самое время способствует точности технического движения.</p>			

УРОК №21

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 7
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бежать с мячом в быстром режиме. ● Маршрут с мячом по окружности 10' ● Играй быстрее 15' ● Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие способности ориентации. ● Решение моторных задач в ситуации соревнования <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Вновь брошенный мяч 10' ● Подай мяч различного цвета 15' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Подай мяч к краю 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Способности моторного контроля. ● Начальная акробатическая деятельность 5' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Вновь брошенный мяч 10' ● Начальная акробатическая деятельность 5' ● Маршрут с мячом по окружности 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Играй быстрее 15' ● Подай мяч различного цвета 15' ● Подай мяч к краю 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 15'</p> <p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 80'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные колышки и конусы ● Цветные ограничители ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Цветные куртки ● «Координатор частоты» ● «Медузы» ● Маты ● Ворота ограниченных размеров
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● удар по воротам ● прием и передача 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● отрыв от противника 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота 	

**УРОК №21: БЕГИ И ИГРАЙ**

				<u>МОДУЛЬ 7</u>
Маршрут с мячом по окружности	Играй быстрее	Подай мяч различного цвета	Подай мяч к краю	Основная техническая цель: ПОДАЧА
<p>Это упражнение предлагается для того, чтобы способствовать постоянному владению мячом, развивая различные технико-координационные составляющие, встреченные на дидактическом пути, которые теперь последовательно сочетаются между собой. Бежать с мячом, прыгать, перекатываться, находиться в равновесии, направленно бить для подачи и для удара по воротам - являются различными моторными движениями, которые стимулируются.</p>  <p>Ученик стартует с мячом, совершает слалом между кеглями, подает мяч под препятствиями и сочетает движение с прыжком. После преодоления этого этапа делает поворот на мате, оборот вокруг себя на «медузе» (смотри раздел «инвентарь футбольной школы»), затем диагональный слалом и, наконец, обманное движение возле каждого силуэта, и затем забивает мяч в ворота.</p>	<p>Это упражнение развивает умение быстро вести мяч и стимулирует у ребенка улучшение контроля мяча. В соревновании возможность играть в численном большинстве/меньшинстве, способствует развитию способности ориентироваться в пространстве и моторному поведению перемещения (чтобы уходить от противника, перехватывать, противостоять и т.д.)</p>  <p>Внутри пространства размером 30 x 20 м играется матч 3 против 3. Снаружи другие игроки, принадлежащие к каждой команде, выполняют эстафету, состоящую в беге слаломом с ведением мяча вокруг конусов. Всякий раз по завершении своей очереди победитель имеет возможность войти внутрь поля, чтобы играть матч со своими товарищами, создавая временно численное превосходство.</p>	<p>С помощью этой игры-матча стимулируется способность занимать пространство в ситуации соревнования, особенно способствует получению визуальной информации и развитию способности обращать внимание на двух игроков, которые должны получить мяч.</p>  <p>Матч происходит как обычный матч между 4 игроками с временными вратарями. Каждая команда носит куртки различных цветов. Игра предусматривает, что игрок с мячом, если он хочет передать мяч, должен сделать это в направлении товарища другого цвета.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • гол засчитывается, если все игроки владели мячом во время одного и того же действия игры. • цвет, которому необходимо передавать мяч, определяет тренер («этот же цвет» или «другой цвет»). 	<p>Это развитие упражнения предыдущих уроков, в котором стимулируется в последствии способность ориентации в пространстве, особенно развивается моторное поведение «перемещение для приема».</p>  <p>Игровое пространство размером 15 x 10 м разделено на три зоны. Двое перехватчиков находятся в центральной зоне игрового поля. Остальные три игрока располагаются в двух других зонах. Целью игры является передача мяча из центральной зоны («края»). Игрок с мячом должен передать мяч товарищу, находящемуся на противоположной стороне от «края», защищаемого 2 защитниками (перехватчиками). Кому удастся передать мяч, тот может пройти также на край, помогая товарищу. Каждый проход на край соответствует одному очку. По завершении задачи меняются. Побеждает команда, набравшая больше очков.</p>	<p>Последовательность тренировок: ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вновь брошенный мяч 10' • Предшествующая акробатической деятельности 5' • Маршрут с мячом по окружности 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Играй быстрее 15' • Подай мяч различного цвета 15' • Подай мяч к краю 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цветные колышки и конусы • Цветные ограничители • Цветные резиновые мячи различных размеров • Цветные куртки • «Координатор частоты» • «Медузы» • Маты • Ворота ограниченных размеров <p style="text-align: center;">«Если ребенок живет в любви, он учится находить любовь и дружбу в мире»</p>

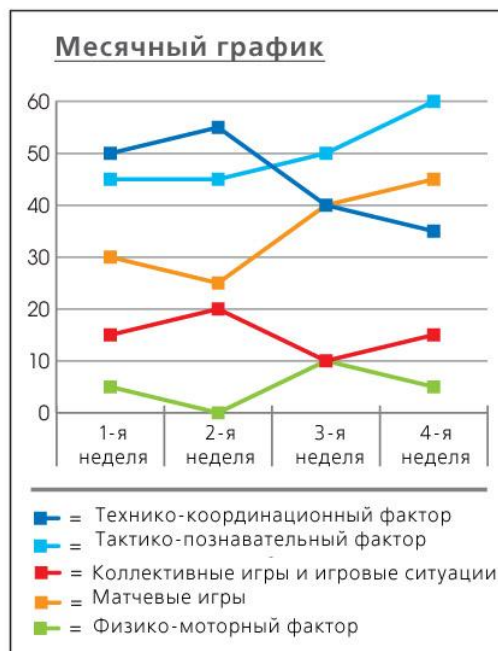
ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 8

КАТЕГОРИЯ «МАЛЕНЬКИЕ ДРУЗЬЯ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- На этом последнем этапе планирования необходимо расширить различный опыт соревнований, игр и мероприятий, а также опыт других обществ.
- Проверку успехов и знаний ребенка в этом месяце можно произвести с помощью технических тестов, указанных в Руководстве.
- Встречи с ребятами других обществ могут помочь в наблюдении за социально-межличностными аспектами как внутри группы, так и во время встреч с другими.
- Одним из видов деятельности, который можно организовать во время урока, является «ОХОТА ЗА СОКРОВИЩЕМ», в которой предлагаются для решения игры вопросы и загадки, предоставляя определенную награду для всех (хотя бы даже позолоченную шкатулку с большим числом золотых монет...шоколадных!). Как организовать все это: мы считаем, что твоя фантазия позволит тебе решить «как» и «где» лучше и подготовить снаряжение для этой фантазии «ОХОТЫ ЗА...ГОЛОМ!!!».



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

• **ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Бежать, перемещаться и бить, предусматривая и следуя другим видам движения.

• **ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Способность перемещения для выполнения технических комбинаций
Способность бить по воротам и делать передачу товарищу
Способность принимать для направления мяча в свободную зону

ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:
Моторная комбинация, улучшение общей координации в режиме быстроты.

№ УРОКА: _____

№ НЕДЕЛИ: _____

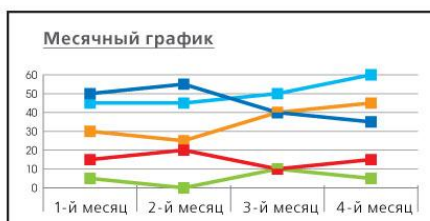
№

СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №22

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 8
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бить для передачи. ● Низкие удары 2:2 15' ● Опустошаем корабль 15' ● Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Преодолевать противника в ситуации численного превосходства. ● Способность решать ситуации в сотрудничестве <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мяч капитану 10' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мяч капитану 10' ● Забей гол и играй 15' ● Матч 3 против 3 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие и укрепление моторного контроля. ● Начальная акробатическая деятельность 5' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мяч капитану 10' ● Начальная акробатическая деятельность 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Низкие удары 2:2 15' ● Опустошаем корабль 15' ● Забей мяч и играй 15' ● Матч 3 против 3 10' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА (матчи в ограниченном пространстве 3:3 или 4:4) 15'</p> <p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 80'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● принять, чтобы передать 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● перемещаться, чтобы принять мяч и уйти от противника (отрыв от противника). 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота 	



УРОК №22: ПЕРЕДАЕМ МЯЧ, ЧТОБЫ ПРЕОДОЛЕТЬ ПРОТИВНИКА

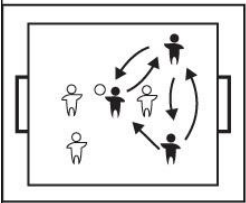
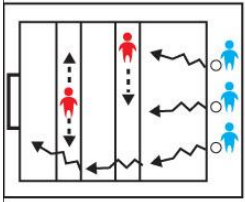
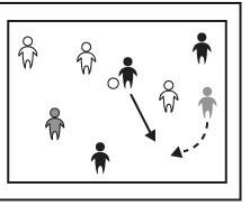
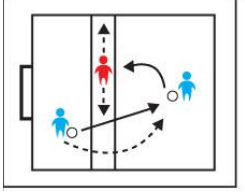
				МОДУЛЬ 8
Мяч капитану	Опустошаем корабль с перехватчиком	Низкие мячи 2 против 2	Забей гол и играй	Основная техническая цель: ПОДАЧА И ПРИЕМ
<p>В этой игре стимулируется способность сотрудничества, что способствует децентрализации (пасс, перемещение для приема – отрыв от противника – прием, ориентация и т.д.).</p>  <p>Две группы игроков играют между собой одним мячом в широко ограниченном пространстве. По очереди один игрок каждой команды принимает на себя роль капитана. Каждая передача своему капитану стоит один балл. Побеждает команда, достигшая определенной суммы баллов, определенной на старте (например, после 5 раз). Команда, которая на данный момент находится без мяча, должна постараться заставить его для выполнения передач своему капитану. Для стимуляции передачи другими игроками, также имеющими возможность сделать это движение (переместиться для приема – оторваться от противника – принять, ориентироваться и т.д.), игру сначала предлагают осуществлять руками, во избежание столкновений или травм, а затем ногами.</p>	<p>Этот вид упражнения стимулирует способность направлять ударом мяч для паса в режиме быстроты и точности в ситуации временного давления временем (соревнование) и противником. Таким образом стимулируются различные формы сотрудничества (командная игра). Стимулируются также другие элементы, такие как реакция и перемещение для перехвата мяча со стороны противника.</p>  <p>Соревнование происходит между двумя командами, имеющими задание принести мячи с корабля на соответствующие склады посредством передачи их товарищам, расположенным на последовательных пунктах. Побеждает та команда, которая соберет больше мячей. Действие в этом случае может мешать противник, имеющий задание перехватывать как можно больше мячей.</p>	<p>Это упражнение развивает дифференциацию при направлении ударом мяча (точность и сила удара) и стимулирует чувственно – восприимчивые анализаторы для определения перемещения с целью перехвата мяча. В этом особом случае делятся пространство и задания, что способствует укреплению духа сотрудничества.</p>  <p>Игра заключается в выполнении низкого удара по большому воротам с расстояния 8 – 10 м. Гол засчитывается, если мяч попадает в ворота, разграниченные конусами, и не превышает их высоту. Игроки располагаются на линии ворот и должны останавливать-перехватывать мячи ногами. Если задержание мяча происходит внутри линии зоны (глубиной 1 м) игрок зарабатывает 1 балл. Удары по очереди наносятся всеми игроками.</p>	<p>Этот вид игры стимулирует ребенка признать товарища по игре, с которым он сотрудничает для выполнения поставленной цели, являющейся в этом случае голом. Кроме того, ребенок, успешно выполнивший задание, побуждается к перемещению для приема мяча и оказанию помощи товарищу, находящемуся в затруднительном положении. Ребенку с большой вероятностью любопытно проверить новые решения, сотрудничая с товарищами, с которыми он подружился.</p>  <p>3 игрока с мячом и один без него на площадке размером 15 x 10 м. Игроки с мячом стартуют от лицевой линии поля и после преодоления противника, находящегося в особой ограниченной зоне, глубиной 2 метра в центре поля, бьют по воротам.</p>	Последовательность тренировок: ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ: <ul style="list-style-type: none"> ● Мяч капитану 10' ● Начальная акробатическая деятельность 5' ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ: <ul style="list-style-type: none"> ● Низкие удары 2:2 15' ● Опустошаем корабль 15' ● Забей мяч и играй 15' ● Матч 3 против 3 10' СВОБОДНАЯ ИГРА (матчи в ограниченном пространстве) 10'
				Количество детей: Продолжительность: 80' Методы: Материалы: <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Колышки ● Барьеры ● Цветные куртки <p style="text-align: center;"><i>«Игра- это первое единственное занятие нашего детства и в течение всей нашей жизни она остается наиболее приятной»</i> Виеланд</p>

УРОК №23

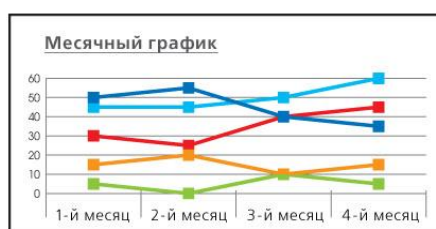
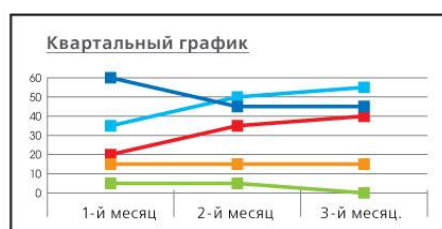
ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 8
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бить для передачи в быстром режиме. ● Двойной таможенник 15' ● 2 : 1, таможенник на свободе 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Сотрудничество и решение ситуаций коллективной игры <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мяч капитану 10' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 3:3 – 5 передач и мяч в сетке 15' ● Матч 3 против 3 (турнир) 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота. ● Эстафеты с мячом 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мяч капитану 10' ● Эстафеты с мячом 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Двойной таможенник 15' ● 3:3 – 5 передач и мяч в сетке 15' ● 2 : 1, таможенник на свободе 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА (матчи 3:3 – Турнир) 15'</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Цветные кегли ● Маркеры ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кольшки ● Барьеры ● Цветные куртки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● удар по воротам 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● находить решения в игре 3 против 3 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● развитие способности моторного контроля в быстром режиме. 	



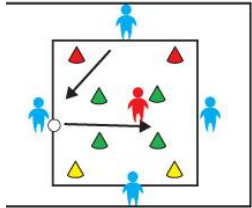
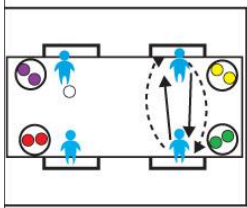
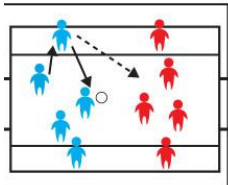
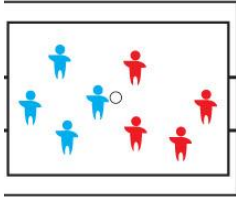
УРОК №23: ИГРАЕМ КОМАНДОЙ

				<u>МОДУЛЬ 8</u>
3 против 3 – 5 передач и мяч в сетке	Двойной таможенник	Мяч капитану	2 против 1 – таможенник на свободе	Основная техническая цель: ПРИЕМ И ПЕРЕДАЧА
<p>Это игра, зависящая от 5 передач мяча в цель, только на этот раз целью игры является гол. Как и в других играх, здесь стимулируются умения, выученные в течение года, и их применение в игровом матче, что способствует сотрудничеству и стимулирует децентрализацию.</p>  <p>Две команды соревнуются в матче, выполняя передачи руками. Игра заключается в том, чтобы забить больше мячей в сетку. Гол может быть забит только после выполнения 5 передач руками. Мяч может быть отобран только с помощью его перехвата: не допускается никакого физического контакта.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра выполняется руками/ногами. • игра руками, гол забивается ногами с пасом самому себе (по воздуху или по земле). 	<p>В этом упражнении стимулируется умение преодолевать преимущество противника с постепенным увеличением сложности (сначала 3 против 2, затем возможно 2 против 1), поддерживая на высоком уровне эгоцентричную потребность ученика, который в одиночку ведет мяч, преодолевает и бьет по воротам, выбирая сторону, вид ведения и преодоления противника.</p>  <p>Действие развивается как в обычной игре в таможенника. Стартуют три игрока, каждый со своим мячом в направлении ворот. Для выполнения удара по воротам они должны преодолеть двух противников («таможенников»), находящихся в двух зонах, одна следует за другой. Учитываются забитые мячи и количество преодоленных противников.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • зоны таможенников разделяются пополам, защитник выбирает сторону для защиты. 	<p>В этой игре стимулируется способность сотрудничества и децентрализация (подача, перемещение для приема – отрыв от противника – прием, ориентация и т.д.). Теперь предлагается играть ногами, стимулируя способность передачи мяча в ситуации соревнования.</p>  <p>Две группы ребят играют между собой одним мячом на ограниченном поле. По очереди один игрок из каждой команды принимает на себя роль капитана. Побеждает команда, первой достигшая определенной суммы баллов, установленной заранее, учитывая, что каждая передача своему капитану стоит один балл. Команда, не владеющая мячом в настоящий момент, должна постараться овладеть им для выполнения передачи своему капитану.</p>	<p>Здесь стимулируются и проверяются способности ребенка по преодолению противника в сотрудничестве или без него. Это способствует децентрализации и создает пространство для творчества и возможности применения выученных технических движений и умений. Стимулирует отрыв от противника, прием мяча и т.д.</p>  <p>Игра развивается между тремя игроками, можно предусмотреть также наличие вратаря. Здесь они располагаются, как и в игре «источник помех», с товарищами, находящимися в двух зонах, между которыми располагается защитник (таможенник). Нападающий, находящийся в зоне ворот, должен подать мяч товарищу, избежав того, чтобы он был перехвачен. Как только мяч принимает второй нападающий, активизируется «таможенник» и может противостоять нападающему внутри своей зоны действия. Нападающий может выбрать: или преодолеть защитника или постараться сотрудничать с товарищем (ситуация 2 против 1). Предусмотреть очередность задач.</p>	Последовательность тренировки: ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ: <ul style="list-style-type: none"> • Мяч капитану 10' • Эстафеты с мячом 10' ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ: <ul style="list-style-type: none"> • Двойной таможенник 15' • 3:3 – 5 передач и мяч в сетке 15' • 2 : 1, таможенник на свободе 15' СВОБОДНАЯ ИГРА (матчи 3:3 – Турнир) 15'
				Количество детей: Продолжительность: 80'
				Материалы: <ul style="list-style-type: none"> • Цветные кегли • Маркеры • Цветные резиновые мячи различных размеров • Кольшки • Барьеры • Цветные куртки <p style="text-align: center;">«Игра, это смазка, которая уменьшает трение в жизни, особенно игра для детей, являющихся мастерами из мастеров игры» Э. Бруннер</p>

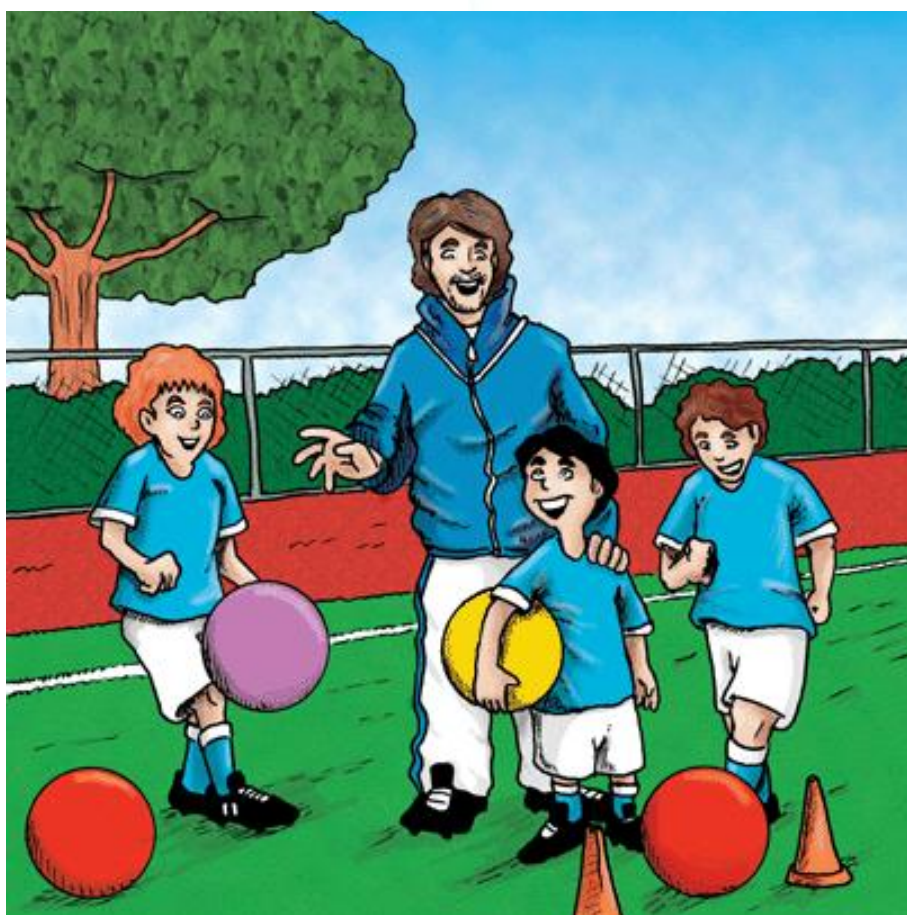
ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 8
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Направленно бить, чтобы ударить по воротам. <ul style="list-style-type: none"> Вызов на гол 15' Внутри квадрата 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Перемещаться для приема по отношению к противнику <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> Все в игре 15' <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ И МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч с голом в полете 15' Турнир 4 против 4 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота. <ul style="list-style-type: none"> Эстафета с мячом 5' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <p>ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Внутри квадрата 10' Эстафета с мячом 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Вызов на гол 15' Все в игре 15' Матч с голом в полете 15' Турнир 4 против 4 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Цветные колышки и конусы Цветные ограничители Цветные резиновые мячи различных размеров Цветные куртки «Координатор частоты» «Медузы» Маты Ворота ограниченных размеров
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> прием и передача 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> сотрудничество и решение ситуаций коллективной игры 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность моторного контроля 	



УРОК №24: ВЫЗОВ НА ГОЛ

				МОДУЛЬ 8
Внутри квадрата	Вызов на гол	Все в игре	Матч с голом в полете	Основная техническая цель: ПОДАЧА И ПРИЕМ
<p>В этой игре особенно поощряется развитие двух вариантов моторного поведения: направлять мяч ударом для передачи или для удара по воротам и перемещаться для приема или перехвата. Поэтому стимулируется способность ребенка, находящегося в центре квадрата, прогнозировать, в то время как тот, кто выполняет удар, должен быть очень точным.</p>  <p>Группа учеников расположена вокруг квадрата размером 3 x 3 м, выполняя передачи и удары. Внутри квадрата один ученик должен защищать четыре стороны, как будто бы они являются воротами, от низких ударов противника. Естественно, удары внешних игроков должны выполняться в направлении противоположной стороны (ворота). Побеждает игрок, которому забili меньше голов.</p>	<p>Игра значительно вдохновляет, так как забивают большое количество мячей. Кроме того стимулируется развитие способности быть по воротам точно и быстро. Направление бега, расстояние и положение мяча являются элементами для более или менее усложненных вариантов игры.</p>  <p>На игровой площадке размером 15 x 8 м располагаются 4 ворот. По сторонам от всех ворот расположено несколько цветных мячей (например, внутри круга). В каждом воротах находится игрок, который тем временем устанавливает мяч на линию ворот. По сигналу «старт», игроки быстро бегут к противоположным воротам и производят удар по воротам, от которых они стартовали. Каждый игрок выполняет 5 ударов, по завершении выигрывает команда, забившая больше голов.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • перед тем, как достичь мяча, необходимо пройти определенный маршрут. 	<p>Предлагаемая игра стимулирует сотрудничество между товарищами, побуждая их посредством соблюдения правил игры оценить реакцию товарищей (несогласие), которые одновременно стимулируются к перемещению для получения мяча.</p>  <p>Внутри игрового пространства размером 25 x 20 м развивается мини-матч 3 против 3. С внешней стороны игрового поля (в боковых коридорах) находятся другие 4 игроков (по двое с каждой стороны), ожидающих, чтобы включиться в игру. Команда не может забить мяч, если перед этим не вошли внутрь поля все игроки, принадлежащие одной команде. Чтобы они вошли, достаточно передать им мяч (противники позволяют). В момент, когда будут «все в игре», можно забить гол. По завершении действия игра начинается с начала.</p> <p>Предусмотреть очередь смены ролей.</p>	<p>Эта игра – матч, выполняемая руками, позволяет развивать способность ориентации в пространстве, в частности, перемещаться для приема мяча, а также выполнять техническое движение, требуемое для достижения цели игры (ударить в воздухе). Стимулирует у ребенка смену моторных движений между собой, таких, как пасс самому себе и удар по воротам, способствуя, кроме того, развитию способности равновесия.</p>  <p>Эта игра также развивается как обычный матч 4 против 4, играют руками. Однако в этом случае гол засчитывается только с ударом в воздухе и передачей самому себе. Не обязательно, чтобы по мячу били прямо после подачи своего товарища.</p>	<p>Последовательность тренировок: ИГРЫ ДЛЯ АКТИВАЦИИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Внутри квадрата 10' • Эстафета с мячом 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вызов на гол 15' • Все в игре 15' • Матч с голом в полете 15' • Турнир 4 против 4 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 80'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цветные колышки и конусы • Цветные ограничители • Цветные резиновые мячи различных размеров • Различные куртки • «Кординатор частоты» • «Медузы» • Маты • Ворота ограниченных размеров <p style="text-align: center;">«Если ребенок живет, испытывая стыд, он учится чувствовать себя виновным»</p>

КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ»



Фантазия, творчество, жизнерадостность, страсть, мягкость, вдохновение, преданность - являются типичными характеристиками детства. Возрастной этап от 8 до 10 лет можно считать золотым возрастом для обучения, плодотворным периодом, характеризующимся высокой моторной и интеллектуальной готовностью

9. КРАТКАЯ ПСИХОМОТОРНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РЕБЕНКА 8 – 10 ЛЕТ



Цель обучения футболу мальчиков и девочек может быть кратко изложена в следующей фразе: *двигаться технически/тактически подготовленными, развлекаясь, вместе с другими сверстниками, для достижения общих целей.*

Если это является перспективой обучения футболу, то отсюда вытекают некоторые оперативные выводы, применение которых может помочь деятельности тренеров и других взрослых, взаимодействующих с этими ребятами.

9.1. ЧТО ИЩУТ РЕБЯТА В ФУТБОЛЕ



Мотивации, характеризующие ребят этого возрастного этапа, являются следующими: получать удовольствие от спортивного действия, двигаться, думая, уметь рисковать с определенным расчетом и уметь жить в группе. Получать удовольствие от спортивного действия - это очень важно, поскольку удовлетворяет одну из мотиваций, определяющих вовлечение в спорт: мотивацию воодушевляться, развлекаться и тратить энергию посредством движения. Футбол способствует удовлетворению этой мотивации путем тренировок, в процессе которых ребята постоянно выполняют разнообразные упражнения, некоторые из них являются легкими, другие более сложными. Также сокращается до необходимого минимума время перерывов или ожидания. Двигаться, думая, означает учиться использовать свои собственные мысли в игре. Научить быть психологически независимым футболистом на поле – это должно стать целью каждого тренера. В результате это ведет к тому, что в моменты наибольшего состязательного прессинга ребята не будут находиться в состоянии *«потерявших голову»*, а продолжат решать задачи игры. Этот подход заставляет ребят выполнять упражнения, в которых они сами должны принимать решения, что способствует не только правильности выбора, но и особенно способности делать выбор. Поэтому не нужно учить ребят действовать только в зависимости от полученных указаний тренера, а необходимо создавать ситуации, в которых автономно должны решаться игровые моменты.

С качеством двигаться, думая, хорошо связано умение принимать рассчитанный риск во время игры. Очень часто специалисты утверждают, что юные футболисты редко бьют по воротам и не применяют дриблинг. С психологической точки зрения эти ситуации являются рискованными в личном плане, в них можно ошибиться и поэтому пусть их выполняют другие, являющиеся эгоцентриками или индивидуалистами. Действительно, командный вид спорта требует группового духа и способности работать для команды, однако же он также требует выражения творчества и способности принимать на себя ответственность (даже ответственность выполнить ошибочный удар по воротам). Роль тренера является основной в содействии установлению этого менталитета. Мальчик возьмет на себя риск, если знает, что специалист оценит этот способ действия и похвалит не только правильные действия, но и действия, подготовленные заранее вместе с командой. Поэтому необходимо поддерживать равновесие между личным риском и коллективной игрой, а тренировки

должны служить для обучения действию таким образом. Последний этап развития относится к способности жить в группе, чувствовать себя частью определенной социальной среды. В этом случае футбольная команда удовлетворяет одну из основных потребностей. Уметь уважать правила группы, сотрудничать в соревновательной атмосфере, учиться ставить выше собственных личных целей цели команды – это ключевые элементы в воспитании каждого индивидуума.

9.2. ПРАВИЛА.



Среди сверстников ребята 8 – 10 лет предпочитают тех, кто показывает себя готовым к сотрудничеству и тех, кто обменивается тем, что получает. В этом возрасте ребят не нужно выбирать, основываясь на некоторых их слишком индивидуальных характеристиках (например, мастерство в игре или физическая сила), а надо обращать внимание на личностные качества, такие как преданность и взаимное согласие. Тренировку необходимо строить таким образом, чтобы поощрять сотрудничество между футболистами. Таким образом впоследствии стимулируется закрепление способности ставить себя на место другого, определяя ограничения для индивидуалистов в игре, являющихся только причиной ссор в команде. Поэтому, в основном от ребят будет зависеть решение этой проблемы, применяя закон взаимности: «Ты не подал мяч, тогда то же сделаю и я». Принадлежность к команде выполняет основную роль в развитии способности к сотрудничеству и чувству дружбы, которое развивается у ребят особенно на поле. И наоборот, чем слабее будут межличностные связи, тем больше будет тенденция не следовать установленным правилам и меньше будет одобрение поведения других. Что касается правил, установленных тренером, то ребята этого возраста о них думают меньше, но понимают их полезность и воспринимают их как судейскую разновидность контроля. Если в предыдущем возрасте было привычкой думать, что тренер навязывает правила «так как он больше, так как он сильнее, потому что знает, когда мы говорим не правду», то теперь ребята думают, что необходимо подчиняться «потому что он знает больше нас и является более опытным». Поэтому ребята принимают правила, установленные тренером и понимают их преимущество, но одновременно специалисты, для поддержания этого положительного равновесия, должны вести себя в соответствии с установленными правилами. Действительно, теперь дети знают, когда взрослые не соблюдают правила и требуют объяснений, которые получают по возможности.

9.3. ПРИНИМАТЬ НЕУДАЧИ ИЛИ ОСПАРИВАТЬ АРБИТРА И ТРЕНЕРА



Взрослые (родители, тренеры и сопровождающие) играют основную роль в предоставлении ребенку системы толкования того, что происходит во время матча. Сегодня очень часто слышно, как тренеры кричат со скамейки запасных ребятам, чтобы они не выполняли свои инструкции или возмущаются арбитрами (с большой пылкостью, если это девушка!), или родители, желающие заменить специалистов, предъявляют претензии к тренеру, потому что их сын не умеет играть. Во всех этих случаях целью такого поведения является проявление своих собственных чувств, не обращая внимания на вызываемое ими воздействие, тем не менее, все это сводится к намерению нанести оскорбления. В этом отношении указания,

которым необходимо следовать, являются все теми же, записанными футболом на международном уровне, касающиеся честной игры и так называемого спортивного духа. Поэтому родители должны поддерживать своих сыновей, показывая свое понимание, прислушиваясь к их футбольному опыту, поддерживая воодушевление, показываемое ребятами и требуя от них, чтобы они развлекались. В отношении тренеров: любимцами являются те, кто способен укреплять, подбадривать после ошибки, давать технические указания после ошибки, признавать усердие, организовывать точную деятельность и поддерживать дисциплину. Наоборот, не такими любимыми тренерами являются те, кто очень часто наказывает, дает технические указания, высказываемые в манере наказания после ошибки, и не умеет поддерживать дисциплину. При поддержке тренера ребята желают изучать и улучшать свои спортивные качества в атмосфере, которая бы регулировалась точными правилами, при соблюдении которых они психологически чувствовали бы себя на высоте. Наконец, если мы хотим, чтобы ребята учились и были ответственными, смелыми, работали в команде и демонстрировали высокое усердие, мы не можем разрешить, чтобы они учились у взрослых возлагать вину за свои ошибки и за ошибки команды и поражения на арбитра или на другие внешние факторы. Очень часто в своем поведении взрослые объясняют свои трудности виной других, поэтому с большой вероятностью при таком поведении взрослых ребята не смогут развить свои лучшие психологические характеристики. Например, ребята слышат отзывы подобного рода о работе арбитра от тренера (или других взрослых).

9.4. КАК ПЕРЕЖИТЬ МАТЧ.



Перед матчем ребята испытывают чувство сильного любопытства по отношению к тому, что они будут делать. Они желают победить, развлечься, показать, какие они молодцы, и не замечают времени. Целью взрослых, от сопровождающего до родителей и тренера, должна стать задача поддержания положительного и богатого психологически климата, не превращая эту встречу в финал за Мировой Кубок. Тренеры должны передать своим ребятам убеждение, что команда в целом победит, и своим коллективным усердием удовлетворит мотивации каждого из них.

Кроме того, матч должен служить тому, чтобы тренер мог понять, как каждый мальчик переживает ошибку; что он скрывает и как оправдывается или каковой является единственная возможность для улучшения? Такой подход и реакция определяют ошибку, позволяя ребятам ее сразу же исправить и найти самое правильное решение. Совет: перед тем, как начать этот процесс, тренер должен спросить себя: «отдаю ли я себе отчет, как я переживаю свои ошибки, и как реагирую на ошибку команды? Есть что-либо, чтобы я смог сделать для того, чтобы улучшить себя?».

10. ХАРАКТЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РЕБЕНКА 8 – 10 ЛЕТ



Дети этого возраста преодолевают четко эгоцентричный этап, характеризующий их поведение в предшествующем возрасте. Они постепенно приобретают склонность к сотрудничеству и децентрализации качеств их моторных действий, которые включаются в контекст коллективной игры; другими словами, требования команды начинают приобретать иерархическое положение, не подчиняемое индивидуализму, что было центральным моментом их прошлого поведения.

Это готовит следующий дидактический план: рассматривать техническое обучение в прикладном контексте, где отношения с мячом регулируются в познавательном плане в зависимости от природы ситуации. Природа предлагаемых упражнений характеризуется атмосферой постоянного становления, параметры пространства и времени должны стимулировать адаптацию.

Технические ключи поведения, предназначенные для создания эффективной адаптации, не будут располагаться, как это было несколько лет назад, в плоскости исключительно биомеханической природы, а должны стать функциональными в диалектике, где качество движения и его применение взаимодействуют и взаимосвязаны. Это означает, что в дидактическом плане ученик должен будет обращать внимание на то, **как** выполнить основную технику, то есть в обучении будет преобладать ярко выраженная ситуативная деятельность. Пример, показанный на рисунке 16, определяет техническое поведение подачи в контексте очень упрощенной игры. Здесь игрок, владеющий мячом, должен обращать внимание не только на способ выполнения, но и на то, **когда** выполнить пасс и **куда** его направить, относительно движения отрыва товарища от противника и движения защитника, находящегося на определенной линии (упрощенная ситуация).

10.1. БАЗОВЫЕ ОСНОВЫ СОСТАВЛЕНИЯ ПЛАНА В КАТЕГОРИИ «МАЛЫШИ»



Программа, которую мы будем составлять, в качестве ориентиров будет иметь три основных параметра, взаимодействующих в области рабочих игровых характеристик: технический, тактический и физический.

В техническом плане основными целями для достижения являются основное техническое поведение, основные рабочие средства, позволяющие в течение игры решать тактические задачи.

Способствовать лучшему техническому поведению означает то, что путь подготовки будет не только развитием, нацеленным на приобретение точной модели, а должен подвергаться стимуляции, где «препятствия» координационной природы будут постоянно адаптироваться. Таким же образом выполнение различных движений получит стимулы пространственно-временного плана в отношении быстроты при наличии противников в более или менее сложной ситуации, в зависимости от степени приобретенных умений.



«При Федеральной Футбольной Школе Акуачетоза Рима, РЕБЯТА ВЫПОЛНЯЮТ УПРАЖНЕНИЯ С РЕЗИНОВЫМИ ДВУХСЛОЙНЫМИ МЯЧАМИ»

В тактическом плане, тесно связанном с техническими умениями, нет необходимости рассматривать природу игры, большее внимание будет уделено на организацию поведения сотрудничества на этапе владения мячом и без него, что является основным регулятором коллективного поведения. Это относится, например, к пониманию помощи, поддержки, подачи в стену или же оборонительное расположение, прикрытие пространства, движения с мячом к противнику.

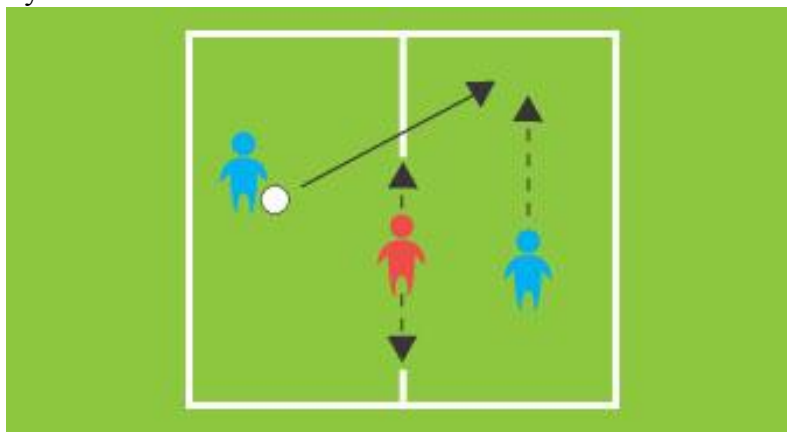


Рисунок. 16 – упрощенная игровая ситуация для выполнения отрыва от противника (источник помех).

Все это поведение стимулируется посредством постоянного поиска, проходящего в игре, где вмешательство тренера должно вызывать воодушевление, любознательность, исследование; ребенок самостоятельно должен находить эффективные решения, подстегивая свою познавательную «систему» вырабатывать постоянные решения. Мы не должны вырабатывать для него стереотипы поведения, постоянно советуя, какие действия выполнять, а должны способствовать подготовке такой самостоятельности, которая станет основной при поиске эффективных решений в соревновании. Что касается развития физической составляющей, мы не должны думать об атлетической подготовке, которую проходят взрослые; часто стараются имитировать то, что делают взрослые, предлагая

физические упражнения, которые могут причинить вред скелетной системе ребенка в процессе его роста. Несомненно, будут предложены быстрые игры, в частности, на частоту движений. Необходимо уделить больше внимания упражнениям, в которых ребенок должен будет быстро реагировать (способность реакции) на зрительные и слуховые стимулы. Аэробная составляющая будет стимулироваться посредством игры, сокращая слишком большое количество мертвого времени на уроке (слишком подробные и ненужные объяснения, долгие очереди ожидания). План годовой работы должен рассматриваться через временное сканирование, где станет ясно, как расположены различные звенья обучения для организации и стимуляции технического и тактического поведения соответствующего возрасту ребят. С точки зрения методологии, тренер, прежде чем руководить и распределять приказы, должен наблюдать с целью возможного изменения метода и его содержания; его задачей является создание атмосферы, богатой мотивациями, вызывающей у ребенка интерес и удовольствие от тренировки. Он не должен использовать при исправлении ошибок постоянно осуждающее поведение, это порождает скуку, недоверие и парализует порыв к улучшению, который, естественно, присутствует у ребенка. Наоборот, при исправлении ошибок он должен оценить часть, выполненную хорошо, а затем перенести свое внимание на исправление части, выполненной плохо. Кроме того, мы должны считать ребенка взрослым в миниатюре и учитывать это при тренировке. Также строится в пространстве и модель игры (от 5 против 5 до 9 против 9) с ограниченным количеством игроков, *«как одежда, которая растет вместе с тем, кто ее носит»*, также меняется и структура в соответствии с психофизическими качествами ребенка. Соответствующее пространство и количество игроков способствует их большей заинтересованности, большему количеству контактов с мячом, большему динамизму между этапом владения мячом и нахождения без мяча, большему количеству забитых мячей.

10.2. ДИДАКТИЧЕСКИЕ ЦЕЛИ



Так как структура игры меняется, то дидактические цели и подготовка также выбирают путь, соответствующий требованиям ребенка. В таблице 12 кратко изложен дидактический экскурс, предложенный в течение трех лет деятельности «малышей». Приобретенное моторное наследие позволяет юному футболисту эффективно и адекватно оценивать себя в группе равных себе, позволяет ему выражаться в творческой и личной манере, ставя его в центр дидактического планирования. Подобный план будет в состоянии гарантировать каждому возможность в полной степени выразить свой потенциал, не обязывая его становиться чемпионом, однако в то же самое время, не лишая его мечты стать им когда-нибудь.

11. РЕГЛАМЕНТИРУЮЩИЕ АСПЕКТЫ И УЧЕБНЫЕ НОРМЫ ИГРЫ В КАТЕГОРИИ «МАЛЫШЕЙ»



Сейчас своевременно будет обсудить регламентирующие аспекты, характеризующие модели особых соревнований категории «Малышей» и которые могут быть рассмотрены детальнее в Официальном Сообщении № 1 Юношеского учебного сектора, расположенном на сайте: www.settoregiovanile.figc.it.

11.1. «5 ПРОТИВ 5» НА ПЕРВОМ ГОДУ ОБУЧЕНИЯ.



Это последнее изменение в правилах, внесенное в категорию «Малышей» во временном порядке. Это требование появилось из-за необходимости гарантировать ребятам из «Маленьких друзей» менее болезненный переход к соревновательной деятельности данной категории и во избежание того, чтобы дети с разностью в возрасте в три года соперничали между собой. Данная деятельность была апробирована в 2000 г. и впоследствии наблюдались всевозможные различия в отношении модели традиционной игры (7 против 7) у детей одного и того же возраста (8 лет). По этому поводу были сделаны важные заключения:

1. Ребенок 8 лет, перешедший из категории «Маленькие друзья», где соревнования проводились в виде мероприятий, соревновательных игр, народных игр и с большим количеством участвующих ребят, нуждается в деятельности многостороннего, многоспортивного и социализированного типа;
2. Ребенок готов выйти из эгоцентрического этапа и его нужно направлять для встречи лицом к лицу с новой реальностью сотрудничества и социализации;
3. Особые характеристики ребенка и полученный за несколько лет опыт в категории «Маленькие друзья» показывают, что он достиг категории «Малыши» со способностью играть максимально 5 против 5.

Анализ изложенных вопросов и данные тестов каждого спортивного сезона показывают, что многие ребята приближаются к этому циклу по достижении восьмилетнего возраста; это является фактом, способствующим адаптации модели соревнования, которая приводит к технико-тактическому улучшению (положительные данные которого, хорошо видны на графике 2) и улучшению подготовки, учитывая организационные проблемы. Таким образом, существует возможность, что в случае соревнования в них может принять участие большинство ребят, имевших возможность играть одновременно. Это дает возможность обществу перейти от футбола с 5 игроками к футболу с 11 игроками и создать большее количество команд, заинтересовывая всех зачисленных мальчиков и девочек, действительно организовав «праздник» или мини-мероприятие. Можно разделить игровое поле на несколько полей для игры по пятеро игроков с последующей возможностью приглашения других обществ для соревнования по плану их расписания.

11.2. 7 ПРОТИВ 7



Первое изменение правил было введено в спортивном сезоне 1992/93 гг., когда экспериментально было предложено соревнование между 7 игроками на поле сокращенных размеров. Этот опыт показал, что ребята заинтересовались этим предложением, имея возможность больше контактировать с мячом, забивать больше мячей и выполнять рискованные действия (смотри график 3). Кроме того, вратари имеют возможность больше вмешиваться в соревнование, больше сковывать противника и особенно оценивать свои способности по отношению к воротам, наиболее приспособленным к их собственным морфологическим и организационным характеристикам.

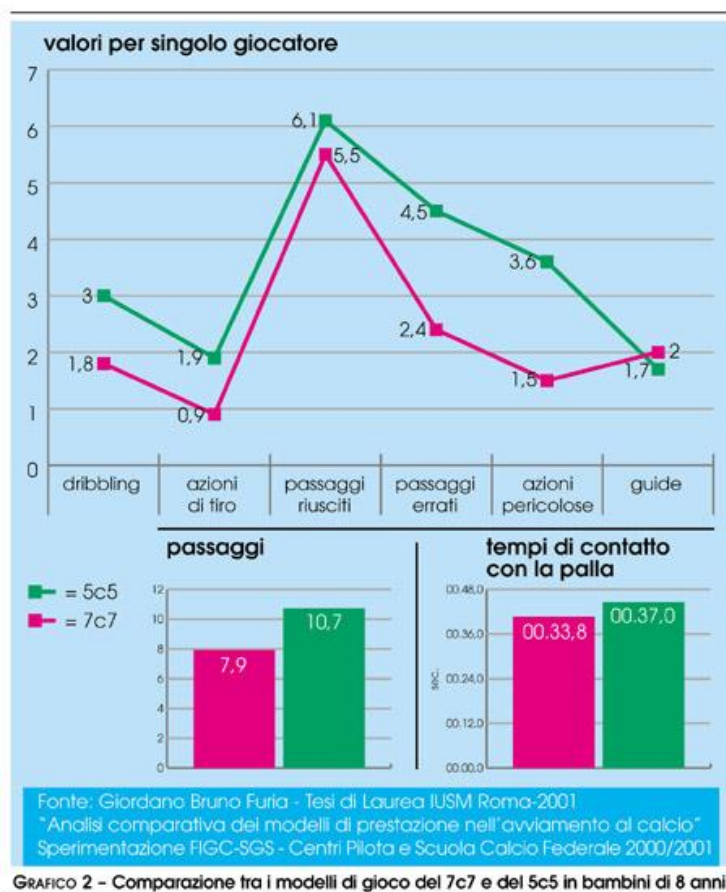


График 2 – Сравнение между моделями игры «7 против 7» и «5 против 5» у ребят 8 лет.

1. – значения одного игрока;
2. – дриблинг;
3. - действия удара по воротам;
4. – удачные передачи;
5. – неудачные передачи;
6. – опасные действия;
7. – ведение;
8. – подачи;
9. – 5 против 5;
10. – 7 против 7;
11. – время контакта с мячом;

12. – Источник: Джордано Бруно Фурия – Дипломная работа IUSM Рим-2001 г.

«Сравнительный анализ моделей характеристик в футбольной подготовке». Испытание FIGC-SGS- Ведущие центры и Федеральная Футбольная школа 2000/2001 г.

Все это с очевидностью способствует лучшему процессу подготовки и обучения, с последующим ростом информации для собственного багажа технико-моторного опыта, связанного с игрой в футбол.



График 3 – Сравнение модели игры с 11 игроками на поле установленного образца и «7 против 7» на ограниченном поле.

1. – среднее количество мячей, сыгранных за каждую минуту соревнования отдельным игроком обеих команд.
2. Источник: Федеральная Футбольная Школа, 1992 г. – В. Руссо, Дипломный проект ISEF, 1991/92 гг. – С. Д Оттавио. Характеристики юного футболиста, SSS-Рим, 1992 г.
3. – продолжительность действия;
4. - % действий;
5. – Источник: Капраника Л., Тесситоре А., Гидетти Л. И., Фигура. Ф. (2001 г.).
6. – контакты с мячом и количество забитых мячей – средние значения в матче;
7. – контакты с мячом;
8. – количество забитых мячей;
9. – 7 против 7;
10. – 11 против 11.
11. – Источник: Федеральная Футбольная Школа, 1992 г.

Этот опыт является также европейской реальностью, где уже использовали эту модель игры, которая показала себя полностью действенной и была немедленно официально включена в соревнование категории «Малышей».

11.3. «9 ПРОТИВ 9» НА ТРЕТЬЕМ ГОДУ ОБУЧЕНИЯ



В последующем исследовании проводились также по другим проблемам: гарантировать юному футболисту постепенный процесс подготовки, подходящий его возрасту, и поэтому в этот процесс была включена промежуточная, между игрой по 7 и по 11, модель игры.

Эта модель была разработана для того, чтобы гарантировать соревнование, которое могло бы создать соответствующие возрасту трудности в плане организации игры, в технико-тактическом плане и в физическом плане, смягчая возможные проблемы, которые могут возникнуть у детей при переходе от игры по 7 в игру по 11.

Поэтому были затронуты различные аспекты, связанные с размером игрового поля и количеством игроков. Были рассмотрены некоторые показатели в различных игровых ситуациях («7 против 7» на поле с большими размерами, «9 против 9» на поле того же размера, как и «7 против 7», «9 против 9» на поле больших размеров, «11 против 11» на обычном поле), сравнивая их затем с параметрами, выявленными в официальном соревновании «7 против 7». Полученные результаты после сравнения их с начальными данными привели к выводу, что испытуемые ребята находили во время игры тактико-технические решения (удачные передачи, ошибочные передачи, количество опасных действий, дриблинг и т.д.), как мы можем это увидеть на графике 4.

11.4. ЕЩЕ ОДИН ИГРОК.



В игру по 5 и 7 игроков была введена новая норма, предусматривающая включение еще одного игрока в команду, имеющую отрицательный отрыв в пять мячей. Эта норма, используемая в других европейских странах, была представлена на одной из конференций по базовому футболу УЕФА, проходившей на Кипре в декабре 2001 г.

Таким образом, можно вмешиваться с соответствующей переменной (которую мы называем количественной), что облегчает выполнение задачи команде с меньшим «опытом» или учитывает его, становясь более сложным для команды с большим «опытом», способствуя процессу подготовки обеих.

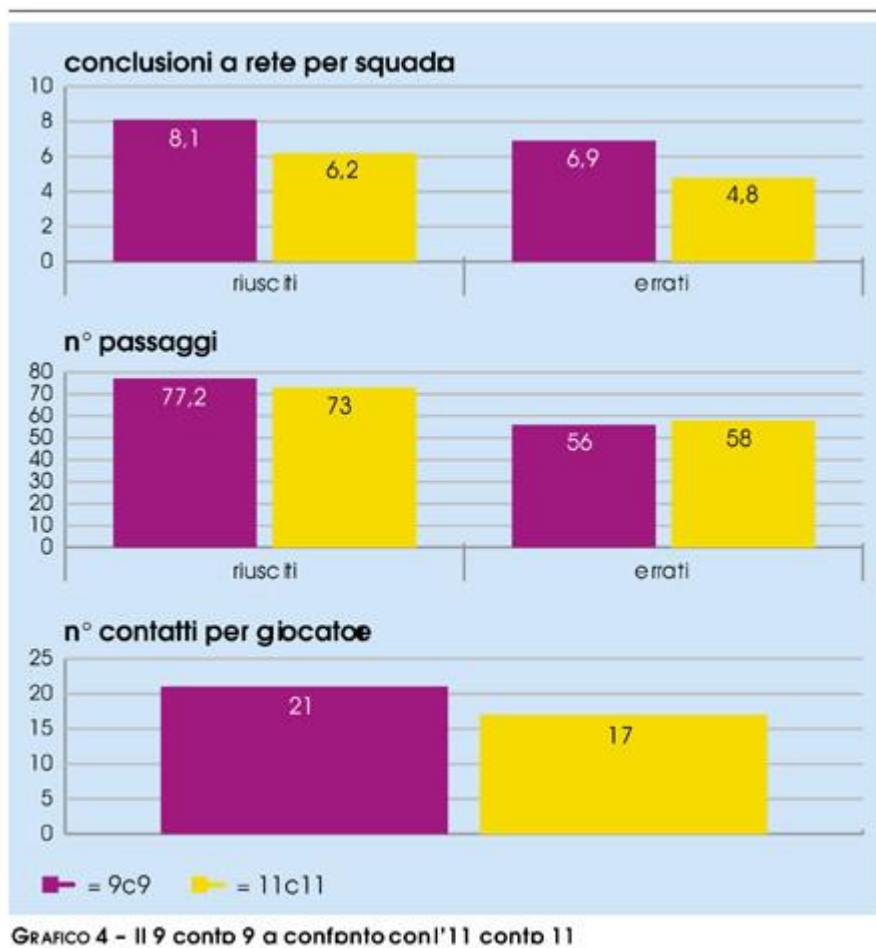


График 4 – «9 против 9» по сравнению с «11 против 11».

1. – количество забитых мячей командой;
2. – количество передач;
3. – удачные;
4. – ошибочные;
5. – количество контактов на игрока;
6. – 9 против 9;
7. – 11 против 11.

11.5. ИЗМЕРЕНИЕ ПОЛЯ ДЛЯ ИГРЫ И ШТРАФНОЙ ПЛОЩАДКИ, МЯЧА И РАЗМЕРОВ ВОРОТ



Что касается применяемых средств и инвентаря, необходимо подчеркнуть, что они способствуют достижению особых технико-тактических и познавательных целей в зависимости от возраста ученика. Кроме того, внимание уделяется стандарту качества, безопасности и организационной простоте.

Поэтому предусмотренные параметры для мяча (вес, размер и материал), для ворот (размер, материал) или для размеров игровой площадки связаны с особенными характеристиками ребенка в каждом возрастном периоде, эти параметры хорошо показаны в таблицах 9 и 10. Так, например, ворота ограниченных размеров дают возможность находить правильное

равновесие между защитой ворот со стороны вратаря и возможностью реагировать со стороны нападающих (для других ссылок, смотри раздел «Дидактический инвентарь»).

	«Малыши» 1-й год (8 лет)	«Малыши» 2-й год (9 лет)	«Малыши» смешанные (8/10 лет)	«Малыши» 3-й год (10 лет)
Соревнование	5 : 5	7 : 7	7 : 7	9 : 9
Время игры	3 x 15'	3 x 15'	3 x 15'	3 x 18'
Размеры поля (м)	45 x 25 или подходящее пространство	60 x 40	60 x 40	70 x 55
Размеры ворот (м)	4 x 2 или 3,60 x 1,80	4 x 2 или 3,80 x 1,85	4 x 2 или 4,50 x 1,90	4 x 2 или 5,50 x 2
Размеры мяча (№)	4 резина или кожа	4	4	4
Изменения в правилах	<ul style="list-style-type: none"> • Разрешается делать пасс назад вратарю • Нет положения вне игры 			<ul style="list-style-type: none"> • Нет положения вне игры

Таблица 9 – Техничко-организационные характеристики соревнований в категории «Малыши».

	«Маленькие друзья» (6/8 лет)	«Малыши» (8/10 лет)	«Дебютанты» (10/12 лет)
Размеры подходящих ворот	4,50 x 1,60	5 x 1,80	5,50 x 2

Таблица 10 – размеры ворот, подходящие каждой категории (Д Оттавио, Вестник Технического сектора № 6 – ноябрь/декабрь -1996 г.).



«Сверхлегкие ворота, у которых стойки с покрытием, что гарантирует безопасность маленького вратаря».

11.6. ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИИ



Все ребята имеют право участвовать в игре и развлекаться. Уже несколько лет Юношеский учебный сектор ставит вопрос об обязательном участии в соревнованиях всех ребят, зачисленных в школу. Так как даже само участие в соревнованиях является очень важным элементом подготовки ребенка. Кроме того, опыт, закаленный в ситуациях соревнования, действительно дает большую мотивацию и особенно возможность юному футболисту выразить свои качества в такие особые моменты эмоциональной атмосферы.

11.7. ТРИ ТАЙМА ИГРЫ



Одной из возникших проблем, связанной с обязательным участием всех ребят школы, является проблема ограниченного времени, которое каждый ребенок имеет в распоряжении для игры во время соревнований. Поэтому была изучена новая формулировка соревнований, учитывающая этот аспект, и которая, кроме того, способствует контактам между специалистом и игроками в двух периодах перерыва в игре. При этом делении соревнований, каждый ребенок (если он правильно выберет критерий решения...) может иметь возможность играть две трети игры вместо половины, как было с двумя таймами. В заключение: все ребята должны принимать участие в игре, по крайней мере, в одном из первых двух таймов и в значительной части третьего тайма, как это определено в Официальном Сообщении № 1 Юношеского спортивного сектора.

11.8. ЛЕТУЧАЯ ЗАМЕНА



Временная замена полностью соответствует целям, изложенным выше, и дает возможность произвести замену, не прерывая игру, и соответственно, избежать потери времени, учитывая предусмотренные замены.

11.9. ТАЙМ АУТ



Тайм аут - это положение, введенное для особой цели по последующему улучшению контактов между специалистом и ребятами, которое в сумме с двумя предусмотренными перерывами во время трех таймов игры, подчеркивает очевидный положительный момент такого методологического и дидактического подхода. К сожалению, во многих случаях на футбольных полях можно заметить специалистов и руководителей, кричащих ребятам с целью дать указания. Это происходит, в частности, когда обращаются к тем, кто находится на противоположной стороне поля. Многие другие спортивные дисциплины используют это «дидактическое» средство, даже если атлеты находятся рядом: футбол, особенно на этапе обучения, возможно, имеет небольшую необходимость в этом, поэтому, специалисты это делают всегда (что не должно быть направлено на вопросы, связанные со схемами игры). Начиная со спортивного сезона 2002/2003 г. требование тайм аута, продолжительностью 1 минута, является обязательным.

11.10. ОБРАЗ РУКОВОДИТЕЛЯ – СУДЬИ



Личность судьи также становится очень важной, так же как очень важно иметь правильные размеры места, где должны проходить соревнования, он максимально опекает ребенка от возможных «стрессов». Продолжительность соревнования, при возможности обучение правилам игры, комментировать небольшие ошибки и получать соответствующие разъяснения, облегчает получение знаний, точно определенных правил. Поэтому необходимо, чтобы судьи на соревнованиях были квалифицированными специалистами, понимающими ход обучения игре в футбол или руководителями, прошедшими подготовку на курсах для руководителей-судей, организуемых Сектором в сотрудничестве с АИА. Основной новинкой, включенной в спортивный сезон 2002/2003 гг. явилось то, что судьями на соревнованиях могут быть руководители или специалисты принимающей команды; действительно, эта возможность была широко и с положительным результатом апробирована на некоторых региональных соревнованиях и с большим энтузиазмом принята.

11.11. ФОРМИРОВАНИЕ ИТОГОВОЙ ТАБЛИЦЫ



Итоговые таблицы составляются, учитывая различные аспекты правил и организации. Они дают представление о качестве футбольной школы в базовых категориях, таких как, например, участие в информационных заседаниях для специалистов и руководителей, в отношении норм, регулирующих замены, участие всех, внесенных в список соревнований и

т.д. В последнее время учитывается также технический аспект, связанный с разделом «Ты молодец в ...футбольной школе». Сумма очков определяет финальное распределение и участие в финальных мероприятиях «Ты молодец в ...». Среди других изменений в правилах мы не должны забыть нормы, упрощающие участие детей в соревнованиях, например, возможность возвращать назад вратарю мяч (правило, введенное в играх «9 против 9») или положение вне игры (действительное для категории «дебютантов»).

11.12. ЗАКЛЮЧЕНИЕ



В заключение является необходимым подтвердить еще раз факт того, что в базовых категориях, таких как юношеские категории, в целом соревнование должно быть обязательной составной частью дидактической программы и процесса подготовки юного футболиста. Поэтому соревнования на этом возрастном этапе являются особой дидактической единицей, в которой точно определены:

● цели:	Уметь играть в 5, в 7 или в 9.
● методы обучения:	Использование перерывов между таймами игры и таймаутов, участие всех ребят, вписанных в список школы.
● средства и имущество:	Мячи, уменьшенные ворота, размеры поля и три тайма игры.
● содержание:	Играть в 5, в 7 или в 9.
● изменяемые:	Использование численного превосходства, введение правила передачи мяча назад.

- начало этапа децентрализации: внимание на многие элементы; в состоянии анализировать ситуации; учитывать другие ориентиры для организации собственного пространства действия:
- начало гибких умственных и обратимых операций;
- большая приспособляемость к новым ситуациям;
- расширение пространства действия (социального);
- развитие психо-семантического внимания;
- функциональные умения по решению задания;
- автоматизация умений (даже если они подвержены помехам);
- этап тонкой координации;
- более контролируемые движения;
- сочетание многих элементов;
- самооценка собственных способностей;
- соперничество, сотрудничество и принятие правил;
- большее стремление к результату (внешняя мотивация)

Таблица 11 – Краткая психомоторная характеристика и общие характеристики – категория «Малыши».

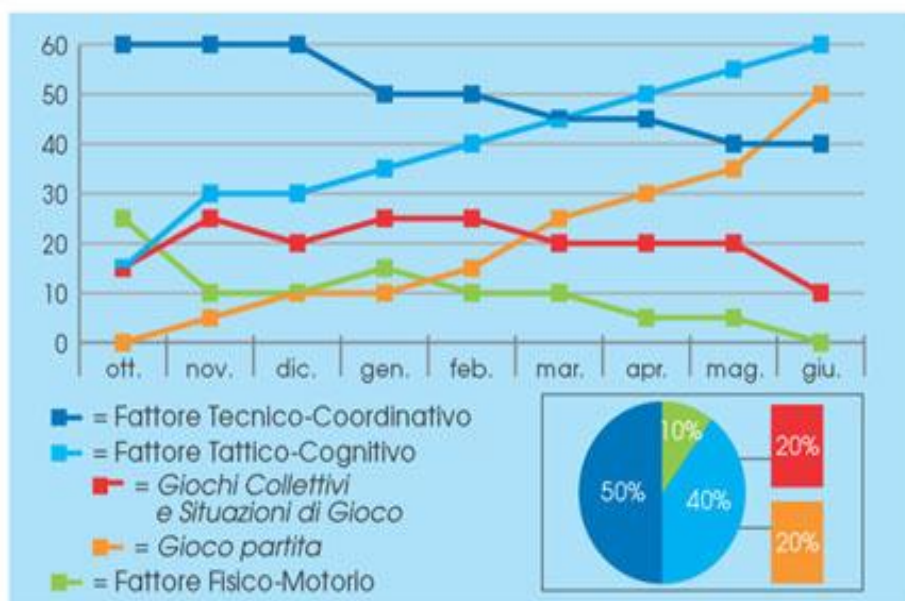


График 5 – Годовое дидактическое планирование – категория «Малыши».

- 1– Октябрь, ноябрь, декабрь, январь, февраль, март, апрель, май, июнь;
 1. – Техничко-координационный фактор;
 2. – Тактико-познавательный фактор;
 3. – Коллективные игры
 и игровые ситуации;
 5. – Матчевые игры;
 6.- Физико-моторный фактор.

	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Физико-моторный фактор
Общие цели	<ul style="list-style-type: none"> ● определение моторных базовых схем; ● совершенствование чувственно – восприимчивых каналов; ● формирование и развитие координационных способностей; ● техническое обучение: исследование простых функциональных автоматизмов; ● способствовать проприоцептивному контролю в управлении техническим поведением; ● делать стабильной технику в режиме скорости; ● поддерживать соответствующий контроль в ситуационном контексте. 	<ul style="list-style-type: none"> ● расширение тактических способностей в простых ситуациях; ● способствовать децентрализации и организации движения в отношении пространственно – временных параметров; ● уметь контактировать в ситуациях 5 против 5, 7 против 7 и 9 против 9; ● знание и применение простого коллективного поведения; ● располагать многими ответами на действие в одной и той же игровой ситуации; ● развитие сотрудничества на наступательном/оборонительном этапах. 	<ul style="list-style-type: none"> ● координационное и условное улучшение.
Особые цели	<ul style="list-style-type: none"> ● бег: для ведения мяча, преодоления противника; ● удар и прием: фронтальные и диагональные пазсы и остановки, стоя и в движении; прием низкого, фронтального и диагонального мяча 	<ul style="list-style-type: none"> ● перемещения: ознакомление с ситуациями атака-оборона; анализ действия опеки игрока и отрыва от противника (реакции больше индивидуальные, чем коллективные). 	<ul style="list-style-type: none"> ● способствовать развитию способности выносливости; ● улучшение силы, скорости и

	<p>в движении; удар с диагональным, фронтальным и боковым пробегом;</p> <p>● комбинации движений: Планируется последовательное действие (остановка с продолжением, тройная распасовка) в режиме быстроты;</p> <p>● удар головой: сначала с остановкой, а затем в движении;</p> <p>● достижение точной координации в управлении техникой, поддерживая исполнительную стабильность в нестабильной обстановке в координатах пространство/время.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● понимание идеи некоторых действий игры посредством устного объяснения; ● идея поддержки и опоры; ● ознакомление и понятие идеи активной и пассивной зоны; ● исследование и создание численного превосходства; ● идея оборонительной помощи, затягивания времени и занятия позиции; ● перемещаться, чтобы вклиниться сбоку. 	<p>быстроты;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● поддержание подвижности суставов.
Содержание	<ul style="list-style-type: none"> ● отдавать предпочтение отношению 1:1 ребенок – мяч; ● предусмотреть при технической подготовке деятельность преимущественно игровую; ● упражнения по перебрасыванию мяча; ● упражнения по ведению мяча, постоянно меняя направления и вид движения; ● упражнения по ведению мяча с небольшими ситуативными помехами, например, противник, защищающий линию-цель; ● упражнение по ведению в быстром режиме, например, игры-эстафеты; ● упражнения по передаче и приему, выполняемые в динамической форме, изменяя траекторию мяча; ● упражнения по приему мяча, выполняемые после бега, комбинированные с действием передачи и удара по воротам; ● упражнения удара по воротам, изменяя направление пробега, сначала с остановки, затем с мячом в движении; ● технические упражнения, предлагаемые с временным давлением противника и с познавательной стимуляцией (соревновательные игры, игры с препятствиями, игры в ограниченном пространстве). 	<ul style="list-style-type: none"> ● деятельность с противником в зоне; ● игровые ситуации в сочетании с 3 – 4 игроками; ● 1 против 1 развитие различного вида дриблинга; ● исследование свободного пространства; ● командные игры в численном преимуществе, меньшинстве; ● игры с джокером или со свободными зонами (займи пост...; введение игры против стены; дай и иди и т.д.); ● игры при численном преимуществе/меньшинстве (3 против 2, 4 против 2 и т.д.); ● игры по теме с ограниченным количеством игроков 3 против 3, 4 против 4 и т.д., игры при владении мячом, территориальные игры; ● игры на линии с заданием подразделению (перекрытие, дай и иди, тройная распасовка и т.д.); ● изучение некоторого неактивного положения мяча; ● игровые ситуации с изменением фронта (активная/пассивная зона); ● матчи с ограниченным количеством игроков 4 против 4, 5 против 5, 7 против 7; ● матчи при численном превосходстве/меньшинстве 5 против 7, 7 против 5. 	<ul style="list-style-type: none"> ● ситуативные игры для улучшения аэробного потенциала; ● игры-эстафеты с мячом и без него; ● игры и деятельность с мячом для стимуляции подвижности некоторых суставов.

Таблица 12 – Общие, особые цели и содержание годовой дидактической программы категории «Малыши».

ОПЕРАТИВНЫЕ (РАБОЧИЕ) КАРТОЧКИ

КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ»

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 1

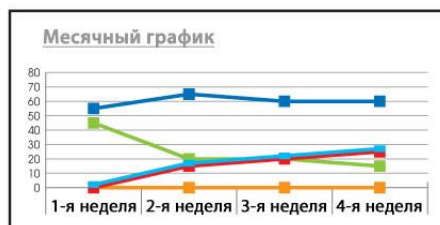
КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

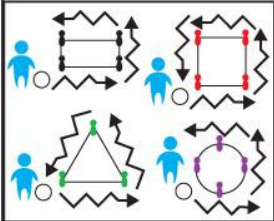
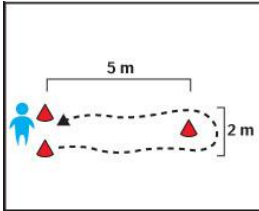
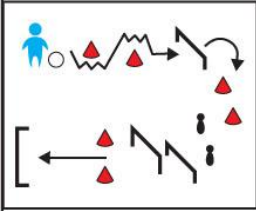
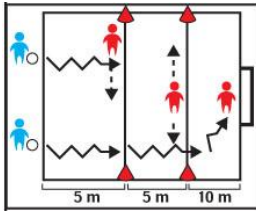
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> • Это первые тренировки и тренер должен сразу же установить положительный климат, всегда обходительный и любезный, он должен показывать себя готовым принять требования ребят. • На дидактическом уровне сначала в привилегированное положение ставится моторное поведение бега, как природное продолжение деятельности, выполняемой в категории «маленьких друзей». • На первой неделе большая часть деятельности должна характеризоваться игрой, особенно для того, чтобы позволить новым членам лучше адаптироваться. Соревнования, маршруты, небольшие встречи являются деятельностью, которая позволит ребятам быстрее познакомиться и стать группой, предлагая дидактические моменты, эффективные для стимуляции как технических, так и физико-моторных составляющих. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Месячный график</caption> <thead> <tr> <th>Неделя</th> <th>Техничко-координационный фактор</th> <th>Тактико-познавательный фактор</th> <th>Коллективные игры и игровые ситуации</th> <th>Матчевые игры</th> <th>Физико-моторный фактор</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-я неделя</td> <td>55</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>2-я неделя</td> <td>65</td> <td>15</td> <td>15</td> <td>0</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>3-я неделя</td> <td>60</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>0</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>4-я неделя</td> <td>60</td> <td>25</td> <td>25</td> <td>0</td> <td>15</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор	1-я неделя	55	0	0	0	45	2-я неделя	65	15	15	0	20	3-я неделя	60	20	20	0	20	4-я неделя	60	25	25	0	15	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Бежать, чтобы вести мяч. • ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Ведение мяча в свободном пространстве Преодоление одного противника, находящегося в зоне/на линии • ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: быстрота <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор																											
1-я неделя	55	0	0	0	45																											
2-я неделя	65	15	15	0	20																											
3-я неделя	60	20	20	0	20																											
4-я неделя	60	25	25	0	15																											
<p>ПРИМЕЧАНИЕ: _____ _____ _____ _____</p>																																

УРОК №1

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 1</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ведение мяча. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Моторный маршрут 20' (чередующийся свободным матчем 3:3 – чередуются 10' матч и 10' маршрут) ● Геометрическое ведение 15' ● Свободная игра 3:3 30' (3x10' - чередуется с моторным маршрутом и 1:1) <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Преодоление противника <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 1:1 (защитник на линии) 10' (чередующийся со свободной игрой 10') <p>МАТЧЕВЫЕ ИГРЫ</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота, особое внимание на способность реакции. <p>ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА С МЯЧОМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Соревнование эстафета с челночным спринтом 2 x 5 м. <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Геометрическое ведение 15' ● Соревнование эстафета 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Моторный маршрут 20' ● Матчи 3:3 (3x10') 30' ● 1:1 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двусторонние ворота ● Цветные колышки конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● удар по воротам 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● перемещение для противостояния противнику. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p>	

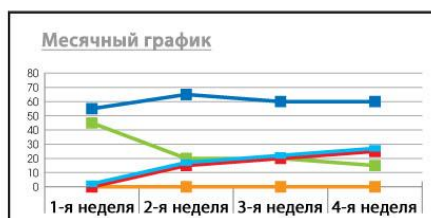


УРОК №1: ОТКРЫТИЕ

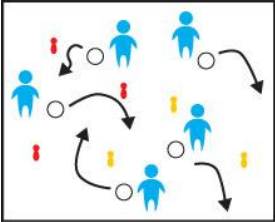
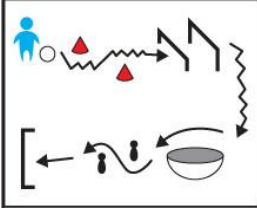
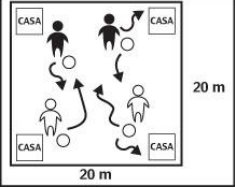
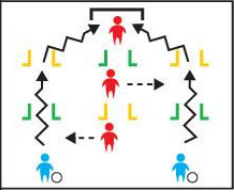
Геометрическое ведение	Быстрота с мячом	Моторный маршрут	1 против 1 (защитник на линии)	МОДУЛЬ 1
<p>Использование геометрических фигур позволяет ребенку выполнять направленное ведение мяча, способствуя ознакомлению с различающимися между собой пространством.</p>  <p>Группа ребят, ведя мяч, должна занять свободную геометрическую фигуру, обозначенную на площадке с помощью цветных кеглей (геометрических фигур больше, чем количество ребят).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • цвет фигуры определяет последовательность их занятия (например, желтый – зеленый – красный – голубой). • под видом соревнования: кто первым выполнит все проводки (столько, сколько геометрических фигур). • цветные геометрические фигуры определяют степени трудности для выполнения. 	<p>Цель: способность простой реакции от зрительного и вербального стимула.</p>  <p>Каждый игрок стартует по сигналу тренера, стараясь закончить челночный маршрут 5 х 2 м как можно быстрее.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • увеличение расстояния для бега до 5 х 3 м. • изменить стартовую позицию (сидя, лежа на спине и т.д.) • изменить стартовый сигнал. 	<p>Упражнение позволяет организовать ведение мяча посредством постоянно меняющихся стимулов.</p>  <p>Мяч ведется свободно по маршруту, где организованы различные «препятствия» (кегли, низкие барьеры, кольшики и т.д.) с внутренней стороны которых ученик должен контролировать мяч внутренней стороной стопы. По завершении маршрута выполняется удар по воротам. Удар представляет собой очень важный компонент для мотивации, забить гол или попытаться сделать это всегда будит фантазию ребенка.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • маршрут можно изменить, выполняя ведение мяча с изменением направления (право/лево или вперед/назад). • ведение мяча, используя различные стороны стопы. • увеличить или уменьшить расстояние между препятствиями 	<p>Ребенок старается адаптировать и преобразовать свое движение по отношению к поведению защитника, находящегося на линии. Он должен также учиться держать мяч у себя после преодоления защитника, а защитник учится перемещаться для противодействия нападающему.</p>  <p>Двое нападающих ведут мяч (каждый свой) и преодолевают двоих защитников, находящихся каждый на своей линии, в то время как третий защитник (А3), защищает ворота. После каждого повторения защитники меняются. Ученики развлекаются, преодолевая противника и забивая мяч в ворота.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • увеличить количество нападающих. • увеличить или уменьшить площадь действия защитников и/или расстояние между линиями защиты. • под видом соревнования: побеждает тот, кто первым ударит по воротам. 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Геометрическое ведение 15' • Соревнование эстафета 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Моторный маршрут 20' • Матчи 3:3 (3x10') 30' • 1:1 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Цветные куртки • Цветные резиновые мячи различных размеров • Кожаные мячи • Ворота ограниченных размеров • Двусторонние ворота • Цветные кольшики конусы <p>«Во всех действиях, связанных с детьми, высший интерес ребенка должен считаться первостепенным» Европейский Союз.</p>

УРОК №2

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 1</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ведение мяча. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Моторный маршрут 20' ● Свободный матч 3:3 20' (чередовать матч маршрутом - чередуется 10' матча с 10' моторным маршрутом) <p>ДИДАКТИЧЕСКАЯ СТАБИЛЬНОСТЬ/ЗРИТЕЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● «Ведомый» трафик 10' ● Трафик «с помехами» 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Преодоление противника и способность перемещаться в свободном пространстве <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Захвати крепость 20' <p>МАТЧЕВЫЕ ИГРЫ</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие способности моторного контроля и базовых моторных схем. (быстроты с особым вниманием на способность простой реакции) <p>ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА С МЯЧОМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Моторный маршрут 20' (чередующийся со свободным матчем 5 против 5) (челночный спринт 3x5 м.) <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● «Ведомый» трафик 10' <p>ЧЕРЕДУЮЩАЯСЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Моторный маршрут (2x10') 20' ● Матчи 3:3 (2x10') 20' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Захвати крепость 20' ● Трафик «с помехами» 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двусторонние ворота ● Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● защита мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● прогнозировать перемещение для противостояния противнику на этапе не владения мячом. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p>	

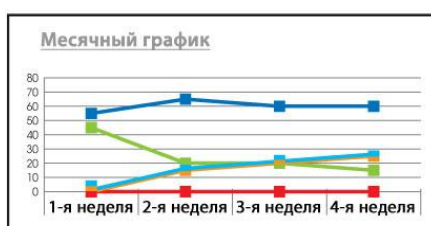
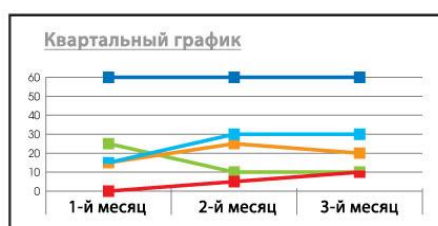


УРОК №2: В ПОИСКАХ СВОБОДНОГО ПРОСТРАНСТВА

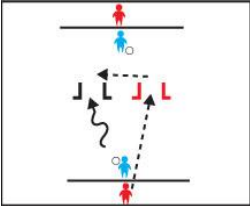
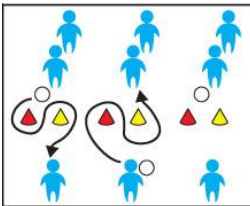
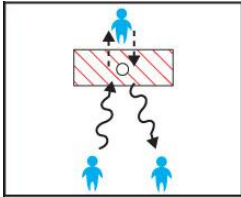
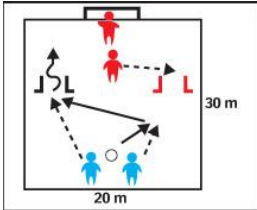
«Ведомый» трафик	Моторный маршрут	Варианты:	Захвати крепость	<u>МОДУЛЬ 1</u>
<p>Ученик ведет мяч, ориентируясь в пространстве, уделяя внимание различным способам применения ступни.</p>  <p><i>Группа ребят ведет мяч в пространстве, внутри которого расположены разноцветные кегли (например, красные и желтые). Количество кеглей больше количества ребят. При достижении кегли желтого цвета мяч необходимо вести внешней стороной стопы, красной – внутренней стороной стопы.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> с ударом (после 4 смен сторон стопы идти и ударить по воротам). на время (кто первым пройдет весь маршрут). количество кеглей равно или меньше количества ребят. 	<p>Восприимчиво-проприоцептивная деятельность, а также координационные способности (равновесие, дифференциация, сочетание и т.д.) и стабилизация базовых моторных схем (перекатываться, бежать, прыгать и т.д.) получают сильную стимуляцию. Кроме того, стимулируется ведение мяча, которое в этом случае может сочетаться с другими моторными действиями (передача и прыжок, передача и передача низкая и т.д.)</p>  <p><i>Ученик стартует с мячом, совершает слалом между кеглями, встречает одно препятствие низкое и одно высокое, на низком препятствии, делает подачу под препятствием и перепрыгивает его, у высокого подает мяч стороной, проходит под ним, после чего делает кувырок на мате, изменяет маршрут, поднимается на подставку для ног или похожее средство, совершает слалом и бьет по воротам.</i></p>	<p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ведение мяча с подпрыгиванием на ногах (подошва). изменять маршрут, размещение инвентаря, его количество. при установке силуэтов игроков они являются активными защитниками, защищающими определенную линию. <p>Трафик «с помехами»</p> <p>Целью его является развитие техники ведения и защиты мяча.</p>  <p>(casa = дом)</p> <p><i>4 ученика ведут мяч в свободном пространстве, стараясь выбить мяч товарища за игровую площадку, тот, кто выбивает мяч противника, не должен терять контроль над своим мячом.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> свободное ведение к себе «домой». увеличение количества домов. свободное ведение, по сигналу выполнить техническое движение или движение, определенное предварительно (например, катить мяч, перекатывание на земле и т.д.) 	<p>Целью упражнения является быстрое перемещение в зависимости от свободного пространства, следовательно, ведение мяча, наблюдая за перемещениями противника.</p>  <p><i>Двое нападающих ведут мяч (каждый свой) к свободным маленьким воротам и бьют по ним, в то время как защитники (B, B' и B'') стоят каждый в определенной зоне; чтобы не дать пройти к воротам, один защитник стоит на воротах.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> двое защитников стоят в одной зоне и свободно двигаются внутри нее. как нападающие, так и защитники, перед тем как предпринять действие должны провести мяч вокруг конуса. Защитники производят защиту в определенной зоне. 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> «Ведомый» трафик 10' <p>ЧЕРЕДУЮЩАЯСЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Моторный маршрут (2x10') 20' Матчи 3:3 (2x10') 20' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Захвати крепость 20' Трафик «с помехами» 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Цветные резиновые мячи различных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки конусы <p><i>«Ребята имеют право принимать участие в соревнованиях, соответствующих их возрасту»</i></p> <p><i>Документ о правах SGS.</i></p>

УРОК №3

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 1
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Бег для ведения мяча. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги и убегай 20' Соревнование эстафета в трех группах 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Преодоление Противника, находящегося в определенном пространстве <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 2 против 1 с преодолением противника и ведением мяча к маленьким воротам 15' Захвати крепость 10' <p>МАТЧЕВЫЕ ИГРЫ</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> быстрота <ul style="list-style-type: none"> С мячом по трое 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Захвати крепость 10' Беги и убегай 20' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Соревнование эстафета в трех группах 15' С мячом по трое 15' 2 против 1 с преодолением противника и ведением мяча к маленьким воротам 15' СВОБОДНЫЙ МАТЧ 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Цветные резиновые мячи различных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> передача/прием 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> отрыв от противника в пространстве, дай и иди, дай и забей мяч. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> скорость 	<p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Цветные резиновые мячи различных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы



УРОК №3: ВЕДИ И ИДИ В ПРОСТРАНСТВО

Беги и убегай	Соревнование эстафета в трех группах	С мячом по трое	2 против 1 при преимуществе и ведении в ворота	<u>МОДУЛЬ 1</u>
<p>Упражнение улучшает способность ведения мяча с развитием быстроты движения и способностей, приобретаемых посредством давления на противника. Стимулирует периферическое зрение.</p>  <p>Соревнование в парах. Один ученик бежит с мячом к одним из двух маленьких ворот, расположенных фронтально, одни напротив других на расстоянии 20 м, в то время как преследователь, находящийся позади противника (5 м.), должен постараться завладеть мячом, войдя в незанятые ворота и вмешаться во вторые, пред тем, как противник сможет их преодолеть. Упражнение выполняется по очереди.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выполнять маршрут туда и обратно. • размещать ворота по разному. 	<p>Развитие ведения мяча в быстроте в режиме временного давления. Способность сохранять контроль мяча на скорости, при ускорении и замедлении.</p>  <p>Три группы ребят соревнуются в эстафете, пробегая дистанцию в 20 м, с целью ведения мяча на противоположную сторону. В маршруте ребята должны обойти два конуса, расположенных на середине пути. Два противоположных ряда учеников, различаются направлением движения, когда начинают маршрут (право и лево).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • увеличить количество конусов для обхода. • после обхода двух конусов низкая передача ученику, находящемуся напротив. 	<p>Стимулирует ведение мяча на скорости, включая другие комбинации. Различие двух видов бега (с мячом и без него) и способности задержать мяч в определенном пространстве (периферическое зрение).</p>  <p>Ребята делятся на несколько групп. Каждая группа располагается в два противоположных друг другу ряда, один напротив другого. Ребята ведут мяч по очереди, проходя дистанцию в 20 м. На середине прохода находится зона, в которой необходимо остановить мяч, чтобы затем бежать к товарищу, ожидающему на противоположной стороне. Этот последний бежит без мяча к зоне, чтобы взять оставленный товарищем мяч и вести его в противоположную сторону, где его ожидает другой ученик, готовый стартовать. Побеждает команда которая по завершении полного цикла (туда и обратно со всеми составными) остановит первой мяч в определенно обозначенной зоне.</p>	<p>Эта игра позволяет улучшить ведение мяча на скорости и ориентироваться в пространстве с помощью товарища. Стимулирует преодоление противника в простой и без трудностей ситуации, подачу, прием и удар по воротам.</p>  <p>На игровом пространстве 20 x 30 м ребята встречаются в ситуации 2 против 1. Двое маленьких ворот находятся внутри площадки на одной линии на расстоянии 10 м. Защитник находится в центре между двумя маленькими воротами. По сигналу (тренера, или по движению нападающих) защитник должен защищать одни из ворот. В то время как нападающие должны пройти линию маленьких ворот, ведя мяч и забить гол в большие ворота.</p>	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Соревнование эстафета в трех группах 15' • С мячом по трое 15' • 2 против 1 с преодолением противника и ведением мяча к маленьким воротам 15' СВОБОДНЫЙ МАТЧ 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Цветные куртки • Цветные резиновые мячи различных размеров • Кожаные мячи • Ворота ограниченных размеров • Двусторонние ворота • Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;">«Специалисты и руководители должны убедиться, какое соревнование является сбалансированным и отвечает потребностям ребят» Документ о правах SGS.</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 2

КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

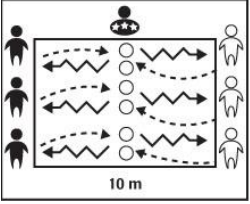
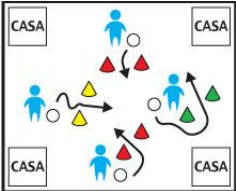
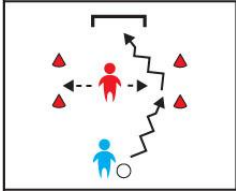
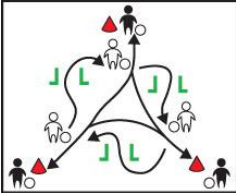
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> После первого этапа приспособляемости ребята отвечают с большим вниманием на дидактические предложения. Мы можем начинать предлагать модель игры 5 против 5 с размещением в две линии (защита и нападение), предусматривающей смену по очереди учеников на всех позициях, а также вратаря. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Фактор</th> <th>1-я неделя</th> <th>2-я неделя</th> <th>3-я неделя</th> <th>4-я неделя</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Техничко-координационный</td> <td>70</td> <td>55</td> <td>65</td> <td>50</td> </tr> <tr> <td>Тактико-познавательный</td> <td>20</td> <td>35</td> <td>25</td> <td>40</td> </tr> <tr> <td>Коллективные игры</td> <td>20</td> <td>25</td> <td>25</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>Матчевые игры</td> <td>0</td> <td>10</td> <td>0</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>Физико-моторный</td> <td>10</td> <td>10</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Техничко-координационный	70	55	65	50	Тактико-познавательный	20	35	25	40	Коллективные игры	20	25	25	30	Матчевые игры	0	10	0	10	Физико-моторный	10	10	10	10	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Бежать, чтобы вести мяч Бежать, чтобы ударить по мячу. ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Ведение мяча в свободном пространстве Преодоление одного противника, находящегося в зоне ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: быстрота <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя																												
Техничко-координационный	70	55	65	50																												
Тактико-познавательный	20	35	25	40																												
Коллективные игры	20	25	25	30																												
Матчевые игры	0	10	0	10																												
Физико-моторный	10	10	10	10																												
<p>ПРИМЕЧАНИЕ: _____ _____ _____</p>																																

УРОК №4

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 2
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ведение мяча при временном давлении. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ведение между конусами (2x10') 20' • Свободный матч 5:5 (2x10') 20' <p>ПРИ ДАВЛЕНИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Беги и неси домой 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Преодоление противника <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 против 1 с защитником в зоне 10' • Прерывай темп 10' <p>МАТЧЕВЫЕ ИГРЫ</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Быстрота, особое внимание на частоту моторного действия <ul style="list-style-type: none"> • Эстафета 10 м Спринт в линии 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Беги и неси домой 20' • Эстафета 10 м 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ведение между конусами 10' • Свободный матч 5:5 10' • 1 против 1 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ведение между конусами 10' • Свободный матч 5:5 10' • Прерывай темп 10' <p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Цветные куртки • Кожаные мячи • Сокращенные ворота • Кольшки • Конусы • Проприоцептивная таблица • Маты для переворотов
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • защита мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • преодоление и ориентирование в свободном пространстве. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • способность реакции 	



УРОК №4: СОХРАНИЙ КОНТРОЛЬ ЗА МЯЧОМ

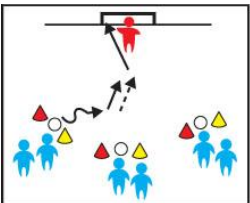
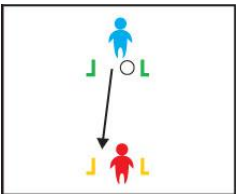
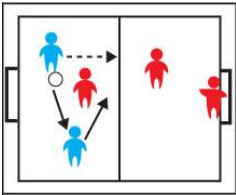

Беги и неси домой	Ведение между конусами	1 против 1 с защитником в зоне	Прерывай темп	<u>МОДУЛЬ 2</u>
<p>Ребята меняются маршрутами без мяча, с ведением мяча на скорости, учась различать два типа бега.</p>  <p>Ребята разделены на две команды, расположенные по сторонам поля. По сигналу они должны завоевать мяч, находящийся в центре поля, чтобы нести его к себе домой. Используемые мячи соответствуют номерам ребят. Побеждает тот, кто первым прибудет к «себе домой».</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● мяч, доставленный домой, должен быть возвращен в центр игрового поля. ● упражнение должно повторяться два раза подряд. ● менять позицию старта. ● количество мячей меньше количества ребят. 	<p>Стимулирует ведение мяча в режиме скорости.</p>  <p>casa = дом</p> <p><i>Группа ребят ведет мяч между конусами, контролируя его внутренней стороной стопы, по сигналу мяч необходимо вести свободно внутри своего дома.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● увеличить игровое пространство. ● использование менее умелой ноги. ● во время игры по какому-либо сигналу меняться домами. 	<p>Ученик в нападении развивает идею преодоления противника и защиты мяча, тот, кто защищается, начинает ощущать также боковое противодействие.</p>  <p><i>Нападающий пытается преодолеть защитника, находящегося в зоне; в случае если защитнику удастся забрать мяч, он должен послать его за зону защиты.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 2 нападающих, 2 мяча, 2 защитников; защитники ожидают за определенной линией и могут вмешиваться только если нападающие преодолеют эту линию. ● 2 нападающих, 2 мяча, 2 защитников: защитники могут вмешиваться сразу же (в свободном пространстве). ● увеличение/уменьшение пространства защищаемой зоны. 	<p>Ведение мяча с ориентацией внутри свободного пространства; способность ускоряться и замедляться с мячом, и развитие периферического зрения в стандартной ситуации.</p>  <p><i>Ребята разделены на две команды, одна группа ведет мяч внутри пространства, другая снаружи. Ученики, находящиеся внутри, должны пройти через маленькие ворота, находящиеся в центре площадки, в то время как группа, находящаяся снаружи, должна, ведя мяч, поменяться местом (стороной). Группа, находящаяся внутри, все время контролируя мяч, может мешать действиям игроков, находящихся снаружи. По завершении все меняются ролями.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● группа, находящаяся внутри, может мешать находящимся снаружи, только пройдя все маленькие ворота. ● группа, находящаяся снаружи, перед сменой стороны должна пройти через определенные маленькие ворота. 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Беги и неси домой 20' ● Эстафета 10 м 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ведение между конусами 10' ● Свободный матч 5:5 10' ● 1 против 1 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ведение между конусами 10' ● Свободный матч 5:5 10' ● Прерывай темп 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двусторонние ворота ● Цветные колышки и конусы <p><i>«Ребята имеют право сравнивать себя с другими учениками, имеющими те же возможности для успеха»</i></p> <p><i>Документ о правах SGS.</i></p>

УРОК №5

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 2
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ведение мяча с ударом по воротам. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги и неси домой 10' Ведение и удар со стартом с разных направлений 20' Бить точно 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Преодоление Противника в определенной зоне <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 2 против 1 нападающего, 1 защитника и вратаря (3 против 2) 20' <p>МАТЧЕВЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободный матч 5:5 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота Соревнование эстафета с конечным ударом по воротам 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги и неси домой 10' Соревнование эстафета с конечным ударом по воротам 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ведение и удар со стартом с разных направлений 20' Бить точно 20' 2 против 1 нападающего, 1 защитника и вратаря (3 против 2) 20' Свободный матч 5:5 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Цветные резиновые мячи различных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> передача – прием и дриблинг 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> идея освобождения в свободном пространстве. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> скорость 	<p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Цветные резиновые мячи различных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы

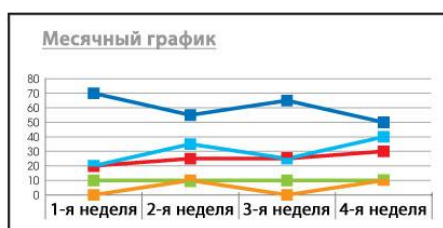
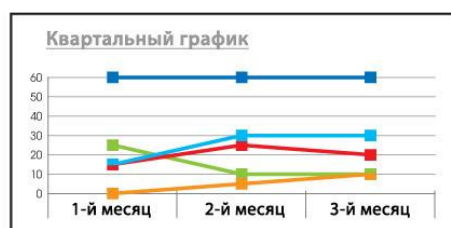


УРОК №5: БЕГИ И БЕЙ ПО ВОРОТАМ

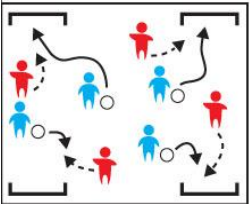
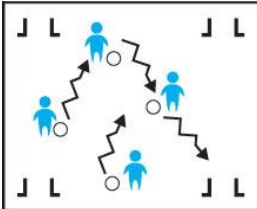
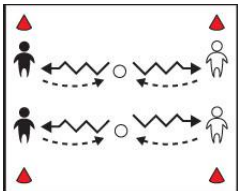
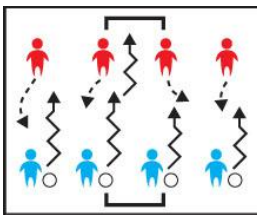
Ведение и удар со старом с разных направлений	Бить точно	2 против 1 нападающего, 1 защитника и вратаря (3 против 2)	Соревнование эстафета с конечным ударом по воротам	<u>МОДУЛЬ 2</u>
<p>Этим видом упражнения стимулируется уточнение технических умений по удару в движении, старту с разных направлений (диагональное и фронтальное).</p>  <p>Ребята разделены на три группы разных цветов и расположены, как сбоку, так и напротив ворот. По очереди мяч ведется на несколько метров, удар по мячу вперед (пасс самому себе) и бег, чтобы произвести удар по воротам. Чередование происходит по часовой стрелке. Так как это упражнение является соревнованием, засчитываются мячи, забитые каждой группой.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> перед тем как ударить по воротам выполняется техническое движение (например, обманное движение и удар). ведение мяча, низкий пасс вратарю с возвратом назад (игра в стену) и удар по воротам в беге. 	<p>Развитие посредством аналитических характеристик, удара и приема в относительно стабильных условиях. Юные футболисты парами стимулируются наносить точные и сильные удары, производя низкие удары и принимая мяч, контролируют его ногами.</p>  <p>casa = дом</p> <p>В определенном ограниченном конусами пространстве расположены на расстоянии 15м двое широких маленьких ворот 5 м. По очереди двое учеников производят серию низких ударов по воротам внутренней стороной ступни. Остановка производится внутренней стороной ноги при получении мяча.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> наносить низкий удар подъемом ноги. останавливать руками. 	<p>Ситуация 2 против 1 на наступательном этапе на двух площадках подчеркивает постоянное исследование преимущества противника через численное преимущество. Стимулирует сотрудничество нападающих и тех, кто защищается, стимулирует создание помех игроку, владеющему мячом, развивая способность противостояния.</p>  <p>В большом прямоугольнике 20 х 30 м, разделенном пополам на два поля, играют двое нападающих, которые, стартуя с лицевой стороны, должны преодолеть защитника на каждой половине поля. Защитнику ни в коем случае нельзя выходить за пределы своего поля. Действие завершается, когда мяч находится у вратаря (посредством паса ему одним из защитников, или остановкой, или ударом извне). Игроки по очереди могут меняться ролями.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> игра руками, а пасы ногами. 	<p>В этом виде соревнования стимулируются частота и быстрота движения в режиме временного давления. Использование мяча способствует техническому движению футболиста в исследовании точности и скорости выполнения в движении.</p>  <p>В пространстве 20 х 20 м располагаются ученики в два ряда. Предложенный маршрут на время предусматривает, чтобы ребята прошли под препятствием, оборот вокруг одного из конусов (360°) и бег к мячу, находящемуся на расстоянии 10 м от линии ворот для выполнения удара. Ученик, совершивший удар, берет мяч и возвращает его на линию ворот и бежит к своему товарищу для замены. Побеждает команда, забившая больше мячей.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> касаясь руками конусов. маршрут выполняется с ведением мяча. 	<p>Основная техническая цель: БЕЖАТЬ, ЧТОБЫ УДАРИТЬ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги и неси домой 10' Соревнование эстафета с конечным ударом по воротам 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ведение и удар со стартом с разных направлений 20' Бить точно 20' 2 против 1 нападающего, 1 защитника и вратаря (3 против 2) 20' Свободный матч 5:5 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Цветные резиновые мячи различных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки конусы <p style="text-align: center;">«От ребенка взрослому: не ворчи постоянно, если ты так делаешь, я должен притворяться, что глухой» Л Эрбавольо</p>

УРОК №6

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 2</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ведение мяча <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги на угол (2x10') 20' Матч 5:5 (2x7') 15' <p>(чередовать свободный матч с игрой «Беги на угол»)</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги и неси домой 1:1 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Преодоление противника и ориентация в пространстве. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 против 1 с ударом по воротам 10' Достигни ворот 15' (1:1 и ориентация в пространстве) <p>МАТЧЕВЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободный матч 5:5 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота Эстафета со спринтом 10 м с мячом в руке 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Достигни ворот 15' Эстафета-спринт 10' <p>ЧЕРЕДУЮЩАЯСЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги на угол (2x10') 20' Матч 5:5 (2x7') 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги и неси домой 10' 1 против 1 с ударом по воротам 10' Матч 5:5 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Цветные конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> удар по воротам 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> укрепление защиты мяча на этапе владения им, развитие перехвата и защиты ворот. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> развитие способности частоты (например, большего количества касания мяча в пространстве) и особое внимание способности равновесия. 	



УРОК №6: БЕГИ И ДОСТИГНИ ЦЕЛИ

Достигни ворот	Беги на угол	Беги и неси домой по парам	1 против 1 с ударом по воротам	МОДУЛЬ 2
<p>Развитие способности ориентации и управления свободным пространством и развитие периферического зрения.</p>  <p>Две команды соревнуются в одном пространстве, каждый ученик владеет мячом. Нападающие ведут его ногами, а защитники, наоборот, держат мяч в руке. По сигналу все нападающие должны вести мячи к воротам, расположенным по углам. Команда противников имеет мячи в руках и старается не допустить гола, стараясь выбить мяч противника.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> защитники стартуют от маленьких ворот, делают полный оборот вокруг ворот и входят в поле, чтобы забрать у нападающих мяч. могут мешать различным нападающим. защитник мешает нападающему, ведя мяч в игровом пространстве. 	<p>Ведение мяча со способностью реагировать на звуковой или визуальный стимул. Считается, что ребята не могут вести мяч все вместе позади одного и того же колышка; уделяется больше внимание пространству (периферическое зрение). Примечание: с игрой чередуется свободный матч 5 против 5 продолжительностью 10 минут. В целом играют два матча, и игра выполняется 2 раза.</p>  <p>Группа ребят свободно ведет мяч внутри пространства, по хлопку рук ученики меняют направление правой ногой и сразу же левой. По следующему сигналу (отличающимся от первого) мяч необходимо вести позади колышков, разграничивающих поле.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> изменение направления производится касанием. изменение направления выполняется с использованием внешней стороны стопы. все маленькие ворота должны быть заняты. 	<p>Способствует способности ведения мяча в режиме быстроты и наличия противника.</p>  <p>Ребята разделены на две команды, в распоряжении каждой пары игроков находится один мяч. По сигналу они должны бежать и захватить мяч, чтобы нести его к себе домой, в этот момент создаются ситуации 1 против 1 между игроками противоположных рядов.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> тот, кто первым завоюет мяч, может произвести удар по воротам, защищаемым противником. менять стартовую позицию. увеличивая расстояние между мячами и ребятами, увеличивается физическая нагрузка. 	<p>Усиление способности преодолевать противника с чередованием между двумя этапами владения и не владения мячом.</p>  <p>Две команды соревнуются в ситуации 1 против 1, где команда, находящаяся в нападении, должна преодолеть защитника и забить гол, в то время как защитник должен постараться захватить мяч, становясь, в свою очередь, нападающим. Если один из защитников забьет мяч, задачи 2-х команд меняются. Защитник также может забить гол.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> игроки стартуют одновременно и все вместе. игроки располагают воротами, стараясь забить мяч в противоположные ворота. игра начинается после серии передач между двумя игроками, по сигналу тренера начинается действие 1 против 1. 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> Достигни ворот 15' Эстафета-спринт 10' <p>ЧЕРЕДУЮЩАЯСЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги на угол (2x10') 20' Матч 5:5 (2x7') 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги и неси домой 10' 1 против 1 с ударом по воротам 10' Матч 5:5 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Цветные резиновые мячи различных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы <p>«Специалисты должны помнить, что матч предназначен для ребенка, а не для взрослого». Документ о правах SGS.</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 3

КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ»

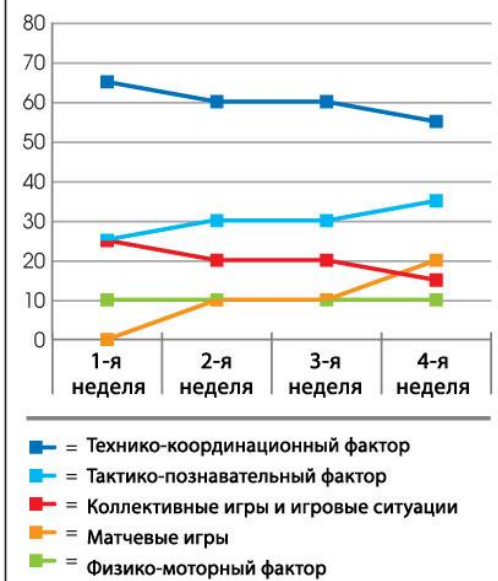
ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- На этом этапе ребятам необходима проверка их знаний посредством дидактических встреч (внутренние турниры), однако также предлагаются предусмотренные для этой категории технические тесты.

- Оценка является важной, так как позволяет проверить, является ли дидактическая программа в состоянии улучшить умения ребят и развить способность игры. Операции и полученные данные могут быть полезными для внесения изменений в содержание программы в зависимости от эффективных способностей группы ребят, возможно, будет лучше создать подгруппы.

Месячный график



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- **ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Бежать, чтобы вести мяч
Бить, чтобы выполнить низкий и фронтальный пасс.
- **ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Ведение мяча в свободном пространстве
Преодоление одного противника, находящегося в зоне
- **ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
быстрота

№ УРОКА: _____

№ НЕДЕЛИ: _____

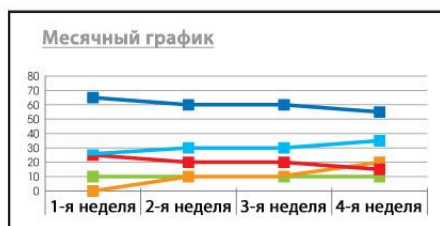
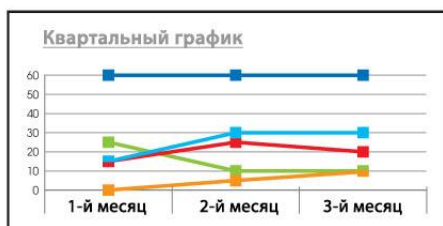
№

СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

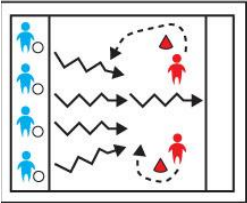
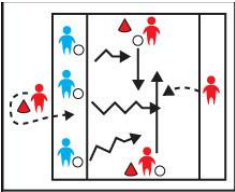
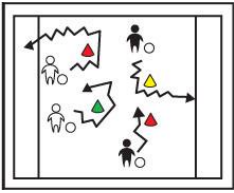
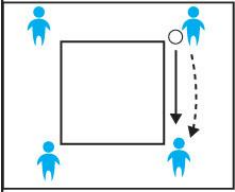
ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №7

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 3
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ведение мяча с изменением направления. Веди, контролируй и неси домой 20' Свободный матч 5:5 20' Подай (дай) и следуй за мячом 20' (чередовать 3 игры-упражнения - 10' игра/ 10' свободный матч/ 10' подай и следуй за мячом 2 раза) <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Преодоление противника и ориентация в пространстве. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Преодоление противника 10' Достигни финиша 10' (1:1 и ориентация в пространстве) <p>МАТЧЕВЫЕ ИГРЫ</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота Игры-эстафеты с мячом 10' (передача товарищу перед игроком, затем спринт 10 м. в линию) <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Преодоление противника 10' Игры-эстафеты 10' Достигни финиша 10' <p>ЧЕРЕДУЮЩАЯСЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Веди, контролируй и неси домой 20' Матч 5:5 (2x10') 20' Подай и следуй за мячом (2x10') 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двухсторонние ворота Цветные конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> постановка правильного выполнения паса внутренней стороной стопы 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> защита мяча. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> развитие способности монопедального (одна нога) равновесия. 	

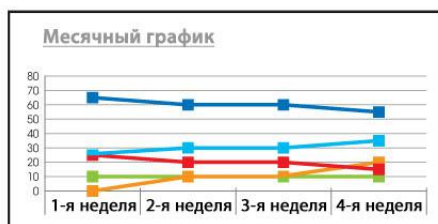


УРОК №7: БЕГИ И ДОСТИГНИ ЦЕЛИ

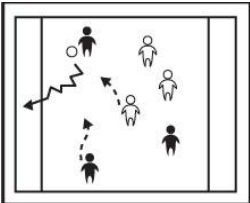
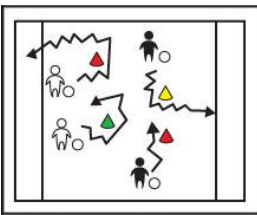
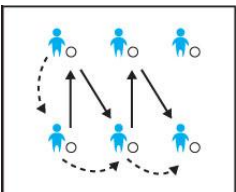
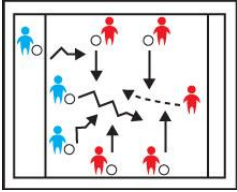
Преодолей противника	Достигни финиша	Веди, контролируй и носи домой	Передай и следуй за мячом	<u>МОДУЛЬ 3</u>
<p>Нападающие под видом игры развивают действие по преодолению и защите мяча по отношению к защитникам, находящимся сбоку, которые, в свою очередь, развивают способность вмешиваться с боковым противостоянием.</p>  <p>Игроки с мячом должны достичь финишной черты противоположной стороны, преодолев защитников, старающихся помешать нападающим, после выполнения оборота вокруг конусов.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> увеличить или уменьшить пространство защиты. тот, кто теряет мяч, становится защитником. действие наступающих завершается ударом по воротам. 	<p>Развитие защиты мяча и различных способов преодоления противника в свободном пространстве.</p>  <p>Игроки с мячом должны достичь финишной линии. Один защитник стартует и после выполнения оборота вокруг конуса мешает нападающим. Двое других защитников, находящихся на середине маршрута, передают друг другу мяч, стараясь попасть в игроков, ведущих мяч. Затем, как вариант, другой защитник, находящийся в особо разграниченной зоне позади середины, мешает нападающим.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> в завершение удар по воротам, тот, кто теряет мяч, становится защитником. 	<p>Чувство контроля мяча подошвой стопы, способность сохранять контроль над внешней средой (периферическое зрение).</p>  <p>Две группы ребят ведут мяч внутри определенного пространства, преодолевая конус, используя для контроля внутреннюю сторону стопы. По предварительному определённому сигналу мяч необходимо вести в определенном пространстве (дом).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> члены команды занимают пространство (дом) по диагонали. члены команды распределяются в одинаковом количестве по домам (например, 4 игрока, 2 на каждый дом). если конусы цветные, можно стимулировать их преодоление, используя различные части стопы в зависимости от цвета конуса. 	<p>Упражнение помогает правильно и функционально изучению передачи внутренней стороной стопы (в динамической ситуации) и стимулирует соответствующее моторное поведение (бег за мячом) с последующей передачей.</p>  <p>Ребята образуют квадрат и выполняют низкую фронтальную передачу мяча внутренней стороной стопы, следуя за мячом и в этот момент меняя положение.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> под видом соревнования, длящегося 2 минуты, мяч получает игрок, выполнивший больше передач. только одной ногой (не доминирующей). вместо бега можно использовать различные режимы движения (например, бег боком, бег с ударом мяча и т.д.). 	<p style="text-align: center;"><u>МОДУЛЬ 3</u></p> <p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Преодоление противника 10' Игры-эстафеты 10' <p style="text-align: center;">ЧЕРЕДУЮЩАЯСЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Веди, контролируй и носи домой 20' Матч 5:5 (2x10') 20' Подай и следуй за мячом (2x10') 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Цветные резиновые мячи различных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки конусы <p style="text-align: center;"><i>«Футбол - это дружба и это прекрасная игра».</i> УЕФА</p>

УРОК №8

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 3</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ведение мяча, используя внешнюю и внутреннюю стороны стопы (правая/левая). Веди в темпе и носи домой (2x10') 20' Свободный матч 5:5 (2x10') 20' (чередовать свободный матч 5:5 - 10' ведение/ 10' матч - 2 раза) Эскалатор 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Преодоление противника и ориентация в пространстве. Преодолей «Великую стену» 15' Матч 4 целей 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота Игры-эстафеты 10' (ведение 5 м, передача и спринт 10 м, всего 15 м, затем продолжает товарищ) <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч 4 целей 10' Игры-эстафеты 10' <p>ЧЕРЕДУЮЩАЯСЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Веди в темпе и носи домой (2x10') 20' Матч 5:5 (2x10') 20' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Эскалатор 15' Преодолей «Великую стену» 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность повторить техническое движение с размеренностью темпа 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> улучшение способности управления свободным пространством. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> больше внимания способностям дифференциации и ритма 	

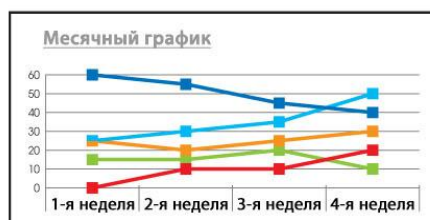
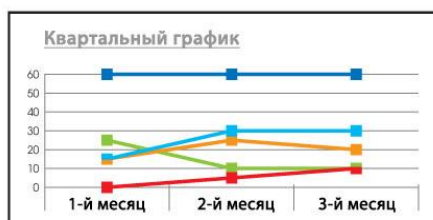


УРОК №8: ЗАВОЮЙ ПРОСТРАНСТВО В СОТРУДНИЧЕСТВЕ

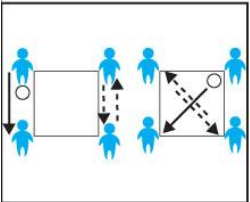
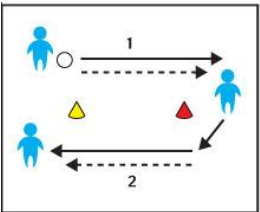
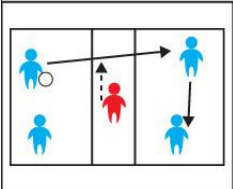
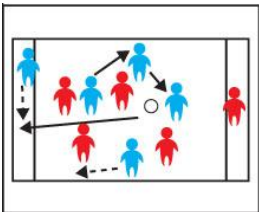
Матч 4 целей	Веди в темпе и неси домой	Эскалатор	Преодолей «Великую стену»	<u>МОДУЛЬ 3</u>
<p>Развивает способность ребят ориентироваться в пространстве в зависимости от противника, начинают лучше перемещаться в пространстве.</p>  <p>Ребята разделены на две команды, имеющие мяч для ведения его в собственную зону атаки, расположенную на поле противника. Кто забивает мяч, может начать снова действие атаки.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> целевые зоны расположены на углах поля (в конце поля находятся целевые зоны обеих команд). удар по воротам, находящимся сбоку по отношению к зоне соревнования. численное превосходство наступающей команды. 	<p>Игрок различает ведение доминирующей ногой и не доминирующей, следуя ритмичной размеренности и своевременно реагируя (визуальное и звуковое различие) на сигнал ведения домой.</p>  <p>Две группы ребят ведут мяч внутри определенного пространства, преодолевая конус, используют внешнюю и внутреннюю стороны стопы для контроля мяча. По сигналу производят 3 касания правой ногой, затем 3 касания левой, после чего мяч необходимо вести в определенную зону (дом).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> повторить чередование правой и левой ноги два раза. правильное распределение команды товарищей дома. цвет конуса определяет техническое движение для его преодоления. 	<p>Способность дифференциации передачи мяча внутренней стороной стопы.</p>  <p>8 игроков расположены напротив друг друга, как на рисунке. Один делает фронтальную передачу и перемещается, чтобы занять место товарища, расположенного сбоку, получая, таким образом, мяч от товарища по диагонали. Все одновременно выполняют упражнение. Смена происходит против часовой стрелки, таким образом, чтобы все находились в разных положениях.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> только использование не доминирующей ноги. по времени, за 3 минуты, должны совершить большее количество оборотов. различные способы передачи мяча внутренней/ внешней стороной стопы. 	<p>Развитие умения защиты мяча и развитие различных способов преодоления противника в свободном пространстве.</p>  <p>Игроки с мячом должны достигнуть финиша у противоположных ворот, тем временем 2 пары противников передают друг другу мяч, пытаясь попасть в мяч противника, в то время, как пятый защитник активно мешает нападающим с мячом в определенной зоне.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> нападающие ведут мяч с ударом по воротам. один игрок, джокер, активно сотрудничает с нападающими, поддерживая их. 	<p style="text-align: center;"><u>МОДУЛЬ 3</u></p> <p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч 4 целей 10' Игры-эстафеты 10' <p style="text-align: center;">ЧЕРЕДУЮЩАЯСЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Веди мяч в темпе и неси домой (2x10') 20' Матч 5:5 (2x10') 20' <p style="text-align: center;">ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Эскалатор 15' Преодолей «Великую стену» 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Цветные резиновые мячи различных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;"><i>«Взаимная симпатия между тем, кто учится и тем, кто учит, является первой и самой важной ступенькой к знакомству».</i> Э. Роттердамский</p>

УРОК №9

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 3
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Выполнение низкого и фронтального паса. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги в угол 10' Психокинетический квадрат в соревновании 15' По трое – последовательная передача и прием 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Преодоление противника и ориентация в пространстве. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 2 против 1 со свободной зоной 15' <p>ИГРОВЫЕ МАТЧИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч 5:5 с поиском нападающего 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота Соревнование эстафета 10' <p>(спринт 5 м, ведение мяча на 5 м, остановка мяча и спринт 5 м).</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Беги в угол 10' Соревнование эстафета 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Психокинетический квадрат в соревновании 15' По трое – последовательная передача и прием 15' 2 против 1 в свободной зоне 15' Матч 5:5 с поиском нападающего 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Разноцветные резиновые мячи разных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> дриблинг 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> идея перемещения и сотрудничества. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> скорость. 	



УРОК №9: ПОДАЙ МЯЧ И ИДИ

Психокинетический квадрат в соревновании	По трое – последовательная передача и прием	2 против 1 в свободной зоне	Матч 5 против 5 с поиском нападающего	<u>МОДУЛЬ 3</u>
<p>Основной целью является реакция на зрительный стимул в игровой ситуации, кроме того, стимулируется быстрота и точность выполнения.</p>  <p>На двух больших квадратах 10 x 10 м соревнуются две команды, состоящие из 4 игроков, находящихся каждый в углу квадрата. В то время как один ученик посылает мяч (направо, налево или по диагонали) одному из своих товарищей, двое других должны поменяться местами. Команда, которая сможет выполнить 10 последовательных передач, побеждает в соревновании. Если двое товарищей не поменялись местами, аннулируется сумма баллов команды.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● то же упражнение, но для двух игроков, которые передают мяч посредством его остановки и смены мест. 	<p>Способствует развитию способности стабилизации моторного поведения при ударе (передаче) и приеме мяча в динамической форме. Поиск правильности и точности движения.</p>  <p>Трое игроков располагаются напротив друг друга на расстоянии не менее 15 м (расстояние меняется). После низкой передачи (1) выполняется остановка мяча внутренней стороной стопы и последующая передача третьему товарищу, находящемуся в ожидании (2).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● по трое без последующего приема. ● с последовательной игрой в стену. 	<p>Улучшение качества передачи и приема посредством владения мячом. Исследование понятия «отрыв от противника» и передачи на выход.</p>  <p>В прямоугольнике (25 x 15 м), разделенном широкой свободной зоной 3м, играют две пары игроков против 1 защитника, находящегося в зоне. Он должен не допустить передачи между двумя парами с одной стороны на другую. Выполняются низкие и фронтальные пассы. В течение определенного времени игры за каждую удачную передачу начисляется один балл. Необходимо для смены ролей организовать несколько игровых полей.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● с тремя наступающими и возможностью проходить свободную зону. ● с двумя защитниками (свободная зона больше). 	<p>В этом виде упражнения посредством владения мячом стимулируется понятие «отрыв от противника и передача на выход». Передача выполняется после того, как товарищ оторвется от противника в зоне.</p>  <p>На большом игровом поле (35 x 20 м) соревнуются две команды. Целью игры является передача мяча товарищу, находящемуся в лицевой зоне поля, посредством низкого или параболического паса. Передача в зону выполняется после 5 последовательных пассов. Балл засчитывается, если товарищ получает мяч внутри зоны. Смена местами осуществляется с тем, кто выполнил передачу.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● балл засчитывается, если игрок в зоне поддерживает мяч (игра в стену) и передает другому приближающемуся товарищу. 	<p>Основная техническая цель: НИЗКАЯ И ФРОНТАЛЬНАЯ ПЕРЕДАЧА</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Беги в угол 10' ● Соревнование эстафета 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Психокинетический квадрат в соревновании 15' ● По трое – последовательная передача и прием 15' ● 2 против 1 со свободной зоной 15' ● Матч 5:5 с поиском нападающего 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;"><i>«Какого игрока готовим? Осознающего, что он делает, как на поле, так и вне его, и который понимает, что он может сделать выбор и принять решение.»</i></p> <p style="text-align: right;">SGS</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 4

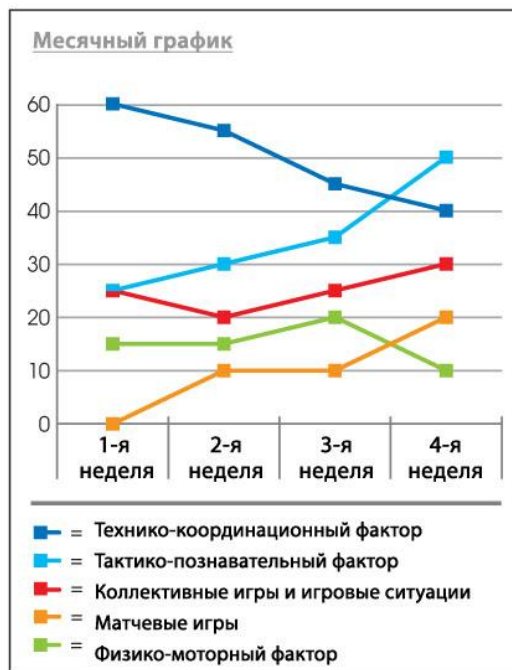
КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Программа тренировки идет вперед, но мы не должны спешить. Задержка на целях, достигнутых ранее, позволяет укрепить определенное поведение, одновременно оно предоставляет «опоздавшим» большее время для изучения.

- В этом модуле прием мяча представляет собой технический элемент для приобретения его в динамической и комбинированной форме с другими движениями постепенно (от легкого к трудному).



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Передача и прием (низкий, диагональный и фронтальный мяч).

- ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Перемещаться с мячом
Ориентация в свободном пространстве

- ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
быстрота

№ УРОКА: _____

№ НЕДЕЛИ: _____

№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

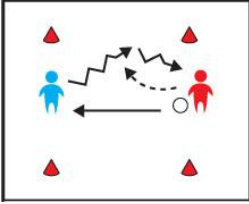
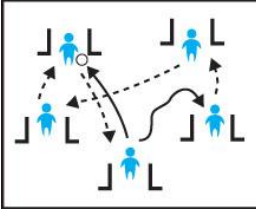
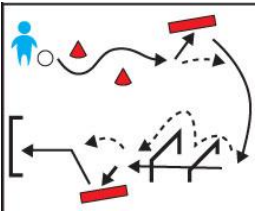
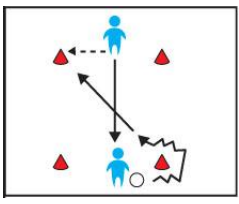
ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №10

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 4</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Низкая и диагональная передача и прием. Веди и играй с бортами (2x10') 20' Свободные матчи 5:5 (2x10') 20' (чередовать свободный матч 5:5 с игрой - 10' игры/ 10' матч – по 2 раза) Передачи в квадрате 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Передача мяча и преодоление. Передача мяча и ориентация в свободном пространстве. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Передай мяч и играй 1:1 10' Прими мяч и займи место (4 угла) 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота Соревнование эстафета 15' <p>(10 м быстрого бега между колышками, установленными на земле).</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Прими мяч и займи место (4 угла) 15' Соревнование эстафета 15' <p>ЧЕРЕДУЮЩАЯСЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Играй с бортами (2x10') 20' Матч 5:5 (2x10') 20' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Передачи в квадрате 10' Передай мяч и играй 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Разноцветные резиновые мячи разных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ведение мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> укрепление способности управления пространством и первые понятия отрыва от противника 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность сочетать и координировать многие моторные действия. 	<p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Разноцветные резиновые мячи разных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы

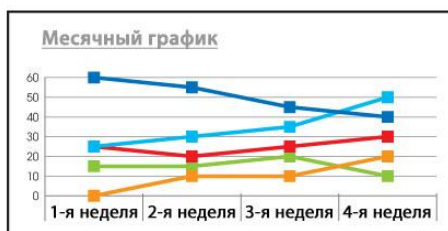


УРОК №10: ПРИМИ И ВЕДИ МЯЧ

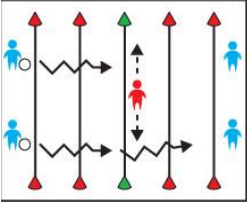
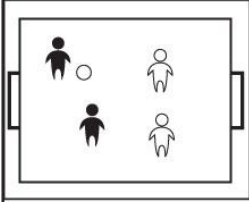
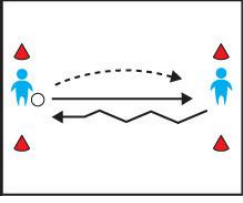
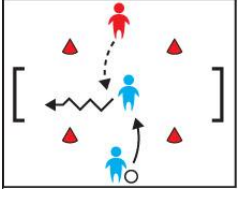
<p style="text-align: center;">Передай мяч и играй 1 : 1</p>	<p style="text-align: center;">Получи мяч и займи место (4 угла)</p>	<p style="text-align: center;">Варианты:</p>	<p style="text-align: center;">Передачи в квадрате</p>	<p style="text-align: center;"><u>МОДУЛЬ 4</u></p>
<p>Укрепляет умение преодоления противника после приема и в ситуации давления. Фантазия, творчество, быстрота являются стимулируемыми предпосылками действия дриблинга.</p>  <p><i>Двое игроков на площадке, один передает мяч другому, после чего соревнуются в ситуации 1 против 1 с защищаемым голем, если достигнут или преодолеют финишную линию, определенную в стороне квадрата, откуда стартовала передача.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● гол засчитывается, если достигнут один из углов. ● если защитник овладевает мячом, он может забить гол. ● гол засчитывается в маленькие ворота (попасть). 	<p>Организация способности ориентации в свободном пространстве и укрепление периферического зрения. Воспринять, принять решение, действовать как можно эффективней в меняющейся обстановке. Действие ведения мяча, направленное к пустым воротам, определяет важные стимулы для улучшения познавательных процессов.</p>  <p><i>Ребята свободно располагаются в пространстве, где находятся маленькие ворота. У одной группы в распоряжении находится мяч, игрок с мячом выполняет передачу одному из товарищей и занимает его место. В то же время другие игроки должны поменяться местами (маленькие ворота), а игрок с мячом должен вести его в пустые ворота и начать заново.</i></p>	<p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● игрок с мячом выполняет удар по свободным воротам. ● игрок, подающий мяч, идет защищать маленькие ворота, оставшиеся свободными. ● игра начинается двойным пасом. <p style="text-align: center;">Веди и играй с бортами</p> <p><i>Добиться динамического сочетания передачи и приема является важной целью на этом этапе технической подготовки.</i></p>  <p><i>Ребята выполняют маршрут, где установлены кегли и другие препятствия, в частности, находятся борты, с которыми они выполняют игру «дай и иди». По завершении маршрута игрок бьет по воротам.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● маршрут выполняется внутренней или внешней стороной стопы. ● маршрут выполняется только вправо или влево. ● маршрут выполняется на время. 	<p>Всегда большее внимание необходимо уделять динамическому обучению технического действия, способствуя способности постепенно сочетать сложные движения.</p>  <p><i>Двое игроков передают мяч в квадрате стороной 5 м, разграниченном 4 конусами. Один из игроков принимает мяч (первая передача фронтальная) и направляет его в угол, выполнив оборот вокруг конуса. Таким образом, он посылает мяч в угол, противоположный (диагональный) товарищу, выполняющему то же самое движение. Игрок, передающий мяч, всегда возвращается в центральное положение.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передача выполняется из правого/левого угла. ● передача внутренней стороной стопы/ подъемом. ● фантазия тренера определит другие траектории передачи. ● под видом соревнования: победит тот, кто выполнит больше передач за 3 минуты. 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕДАЧА</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Прими мяч и займи место (4 угла) 15' ● Соревнование эстафета 15' <p>ЧЕРЕДУЮЩАЯСЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Играй с бортами 20' ● Матч 5:5 (2x10') 20' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Передачи в квадрате 10' ● Передай мяч и играй 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двусторонние ворота ● Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;"><i>«Специалисты и руководители должны согласиться с тем, что возможность участия имеют, как способные, так и не очень».</i> Документ о прaxes SGS</p>

УРОК №11

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 4</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Низкая и фронтальная передача. Свободный матч 2:2 и 3:3 (2x10') 20' Смена мест (2x10') 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Преодоление и передача мяча. <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Прими и играй 1:1 с поддержкой 10' Пройди границу 10' Матч 5 против 5 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота Подвижность суставов Деятельность по развитию чувства мяча (подвижность суставов) <ul style="list-style-type: none"> Соревнования эстафета 10' <p>(10 м быстрого бега между колышками, установленными на земле, и 5 м спринта).</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободный матч 2:2 и 3:3 10' Деятельность с мячом (подвижность суставов) 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> Смена мест 10' Прими и играй 1:1 с поддержкой 10' Соревнования эстафета 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> Смена мест 10' Пройди границу 10' Свободный матч 2:2 и 3:3 10' Матч 5 против 5 10'
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ведение мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> укрепление способности управления пространством и первые понятия отрыва от противника 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность сочетать и координировать многие моторные действия. 	<p>Количество детей: Продолжительность: 90' Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Разноцветные резиновые мячи разных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы

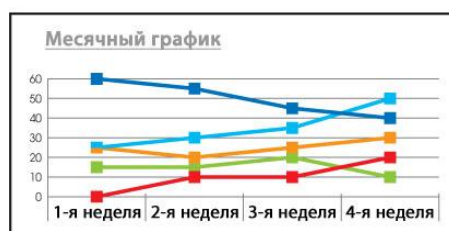


УРОК №11: ПРИМИ МЯЧ И ПРЕОДОЛЕЙ ПРОТИВНИКА

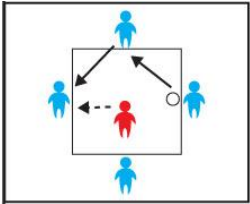
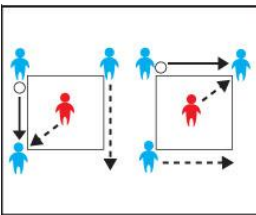
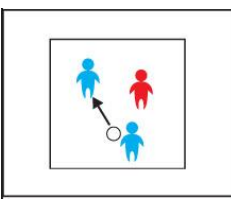
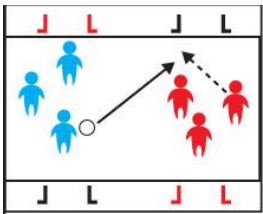
Пройди границу	Варианты:	Варианты:	Прими и играй 1:1 с поддержкой	МОДУЛЬ 4
<p>Тот, кто преодолевает противника, закрепляет эту способность и развивает способность передачи мяча в присутствии противника; тот, кто принимает, перемещается в соответствии с расположением товарища, предсказывая его намерения. Тот, кто защищается, укрепляет способность противостояния. Игроки, владеющие мячом, должны быстро передавать мяч товарищу, способствуя, таким образом, комбинации действий: ведение – преодоление – передача.</p> 	<p>● игроки, после получения мяча, бьют по воротам. ● игроки, владеющие мячом, бьют по воротам, после выполнения передачи в стену с товарищем. ● увеличение количества защитников внутри той же самой линии или на нескольких линиях.</p> <p style="text-align: center;">Матч 2 против 2 или 3 против 3</p> <p>В этих свободных матчах игрок получает огромное количество информации, позволяющей ему улучшить способность приема и избирательную способность анализаторов органов чувств.</p> 	<p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● использование большего количества ворот (например, 4). ● при установке ворот применяются финишные линии. ● использование мячей разного веса и размера. <p style="text-align: center;">Смена места</p> <p>Ученик организует передачу в динамической ситуации и учится воспринимать, что после передачи всегда следует действие без мяча.</p> 	<p>На этапе владения мячом игрок учится сотрудничать с товарищем, а на этапе не владения мячом – защищаться в меньшинстве.</p>  <p><i>В игре принимают участие 3 игрока. Один игрок находится в центре площадки и принимает мяч от одного из двух игроков, находящихся снаружи. В момент, когда он получает мяч, пытается вести его к одним из двух маленьких ворот. Другой игрок пытается помешать ему в этом. Игрок, владеющий мячом, может принять решение о встрече лицом к лицу с противником, 1 против 1, или воспользоваться сотрудничеством с игроком, который, находясь снаружи, передал ему мяч (2 против 1).</i></p>	<p style="text-align: center;">Основная техническая цель: ПЕРЕДАЧА</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободный матч 2:2 и 3:3 10' ● Деятельность с мячом (подвижность суставов) 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Смена мест 10' ● Прими и играй 1:1 с поддержкой 10' ● Соревнования эстафета 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Смена мест 10' ● Пройди границу 10' ● Свободный матч 2:2 и 3:3 10' ● Матч 5 против 5 10'
<p><i>Ребята делятся, располагаясь, как показано на рисунке, (1 – на линии – защитник – 2 с одной стороны и 2 с другой стороны игрового поля). Игроки с мячом должны преодолеть противника, находящегося на линии, после чего, достигнув зоны передачи, передают мяч одному из товарищей, находящихся в ожидании, которые повторяют упражнение. Смена задач.</i></p>	<p><i>Ребята встречаются в соревновании на ограниченном поле и остаются свободными для исследования пространства и возможного решения игры, стимулируя при этом рецепторы органов чувств, в частности, зрительные.</i></p>	<p><i>Двое учеников передают друг другу мяч. Один из них передает мяч товарищу и следует за мячом. Игрок, принимающий мяч, ведет его и занимает место своего товарища, который передал мяч.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передача, выполняемая различными частями ноги. ● передача, выполняемая не доминирующей ногой. ● смена места производится после определенного количества передач. 	<p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● тот, кто принимает мяч, должен вести его к одним из двух ворот, расположенных рядом с линией старта защитника. ● игрок, передавший мяч, вступает с игровое пространство (2 против 1). 	<p>Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двухсторонние ворота ● Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;"><i>«Ребенок взрослому: не балуй меня. Я отлично знаю, что не должен иметь все, что захочу: я желаю только это попробовать».</i> <i>Л Эрбавольо</i></p>

УРОК №12

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 4</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передача и прием. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бычок 10' • Веди и играй с барьером 10' • Игра последовательных передач 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ориентирование в свободном пространстве <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 против 1 (квадраты) 15' • 3 против 3 игра цветов 15' <p>МАТЧЕВЫЕ ИГРЫ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свободный матч 5 против 5 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Быстрота • Соревнования эстафета (передача и прием). 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бычок 10' • Соревнования эстафета 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра последовательных передач 15' • Игра цветов 15' • 2 против 1 (квадраты) 15' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 5:5 15'</p> <p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Цветные куртки • Разноцветные резиновые мячи разных размеров • Кожаные мячи • Ворота ограниченных размеров • Двусторонние ворота • Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • ведение и прием мяча при временном давлении 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • противостояние и перехват 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • скорость движения. 	



УРОК №12: ПОДАЙ И ПРИМИ МЯЧ

Бычок	Игра последовательных передач	2 против 1 (квадраты)	3 против 3 Игра цветов	<u>МОДУЛЬ 4</u>
<p>Упражнение стимулирует передачу и прием, побуждая учеников находить быстрые решения под давлением (защитник). Технические цели: быстрота и точность выполнения.</p>  <p>В квадрате, со стороной 5 м, находятся с внешней стороны 4 игрока, в то время как один защитник находится в центре. Он должен не допустить, чтобы мяч был передан от одного игрока другому, стараясь перехватить его. Тот, кто ошибется, занимает место защитника (ошибочная и перехваченная передача). Каждые 10 передач защитнику определяется штраф.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> касаться корпуса игрока с мячом. втроем, со свободной стороной, занимаемой при приеме мяча. 	<p>Передача и прием с ориентацией в свободном пространстве. Контроль периферического зрения.</p>  <p>Так называемый «квадрат отрыва от противника» в этот раз предлагается в соревновании двух команд по 4 игрока, расположенных в двух квадратах (10 x 10 м), как это показано на рисунке. Трое нападающих каждой команды встречаются с одним противником другой команды. Упражнение предусматривает серию передач (избегая при этом вмешательства противника) с перемещением товарищей в свободный угол таким образом, чтобы игрок с мячом всегда имел два решения (прилегающие углы по отношению к его положению). Побеждает команда, которая за предварительно установленное время (например, 2 минуты) выполнит большее количество передач.</p>	<p>Быстрый поиск и занятие свободного пространства (отрыв от противника), стимуляция дриблинга, защиты мяча, противостояния и перехвата в связи с поведением защитника.</p>  <p>Три игрока встречаются в ситуации 2 против 1 в большом квадрате 12 x 12 м. Двое нападающих передают друг другу мяч, а защитник вмешивается, пытаясь завладеть им. Как только ему это удастся, он занимает место нападающего. Темп соревнования.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> передача мяча и смена позиции. обязательный дриблинг перед передачей. 	<p>Четверо цветных ворот используются для того, чтобы позволить игроку развить способность ориентации и управления пространством. Развитие периферического зрения.</p>  <p>На игровой площадке 24 x 12 м расположены 4 цветных ворот, шириной 2 м, размещенные на длинных сторонах и на расстоянии 1 м от угла. Две команды (3 против 3) соревнуются, чтобы обязательно забить мяч в двое ворот одного и того же цвета, расположенных на противоположных сторонах и по диагонали.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> чередовать игру руками и ногами. менять игрока, забившего гол. 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕДАЧА И ПРИЕМ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бычок 10' • Соревнования эстафета 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра последовательных передач 15' • Игра цветов 15' • 2 против 1 (квадраты) 15' • СВОБОДНЫЙ МАТЧ 5:5 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Цветные куртки • Цветные резиновые мячи различных размеров • Кожаные мячи • Ворота ограниченных размеров • Двусторонние ворота • Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;"><i>«Ты знаешь хорошего тренера, если он воспитывает усердие и взаимное уважение».</i> SGS</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 5

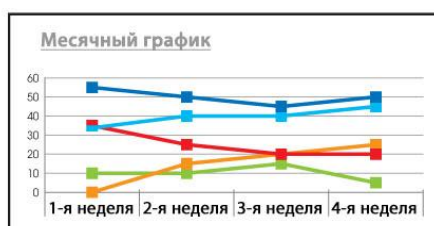
КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

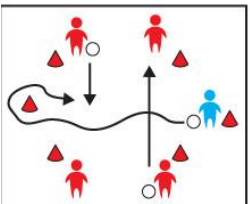
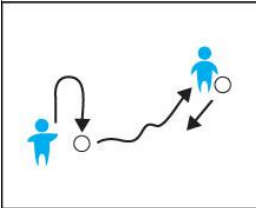
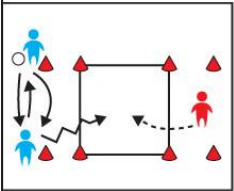
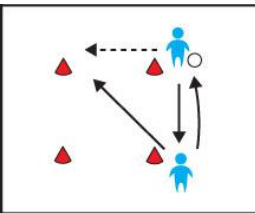
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ребята, даже еще сохраняя психологически эгоцентризм, оцениваемый в действии преодоления противника и ударе по воротам, должны начать приобретение первого понятия отрыва от противника и работы в виде децентрализации, что может способствовать последовательному приобретению функционального поведения для коллективной игры. ● Передача мяча различным способом, передача, выполняемая в пространстве, и игра без мяча, становятся определяющими для выполнения игрового действия. Важно, чтобы ребята понимали, что командная игра строится на сотрудничестве игроков. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Неделя</th> <th>Техничко-координационный фактор</th> <th>Тактико-познавательный фактор</th> <th>Коллективные игры и игровые ситуации</th> <th>Матчевые игры</th> <th>Физико-моторный фактор</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-я неделя</td> <td>55</td> <td>35</td> <td>35</td> <td>0</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>2-я неделя</td> <td>50</td> <td>40</td> <td>25</td> <td>15</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>3-я неделя</td> <td>45</td> <td>40</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>4-я неделя</td> <td>50</td> <td>45</td> <td>20</td> <td>25</td> <td>5</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор	1-я неделя	55	35	35	0	10	2-я неделя	50	40	25	15	10	3-я неделя	45	40	20	20	15	4-я неделя	50	45	20	25	5	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Передача и прием (низкий/диагональный мяч). ● ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Преодоление противника и ориентация в свободном пространстве (понятие отрыв от противника) ● ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: быстрота <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор																											
1-я неделя	55	35	35	0	10																											
2-я неделя	50	40	25	15	10																											
3-я неделя	45	40	20	20	15																											
4-я неделя	50	45	20	25	5																											
<p>ПРИМЕЧАНИЕ: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК №13

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 5</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Прием мяча по параболической траектории. ● Передача низкого и фронтального мяча и его ведение. ● Мяч по параболической траектории 20' ● Передача между двух огней 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Преодоление противника, передача мяча <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра 1 против 1 с поддержкой 15' ● Выбери угол 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота ● Эстафета с быстрым маршрутом 15 м 10' <p>Свободная игра 10' (матч с количеством игроков и пространством, wybranными ребятами).</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Передача между двух огней 20' ● Мяч по параболической траектории 20' ● Эстафета с маршрутом 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 1 против 1 с поддержкой 15' ● Выбери угол 15' ● Свободная игра 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Разноцветные резиновые мячи разных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двусторонние ворота ● Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● дриблинг 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность тройной распасовки (преодоление противника с передачей) 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность изменения моторных действий. 	



УРОК №13: ПЕРЕДАВАЙ МЯЧ В НУЖНЫЙ МОМЕНТ

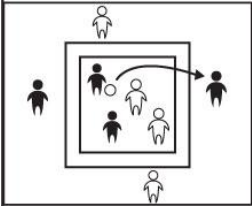
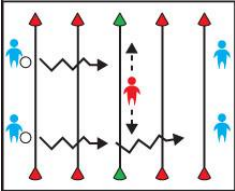
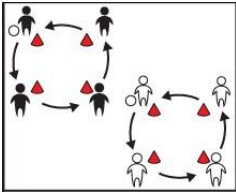
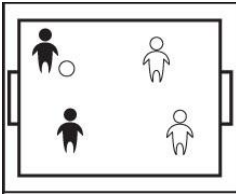
Передача между двух огней	Мяч по параболической траектории	Игра 1 против 1 с поддержкой	Выбери угол	<u>МОДУЛЬ 5</u>
<p>Дифференциация передачи мяча, выбор времени передачи, ведение мяча, изменяя темп в зависимости от среды, позволяют гибкое обучение основной технике.</p>  <p><i>Ребята парами передают мяч друг другу внутренней стороной стопы. Другой игрок ведет мяч, избегая попадания в других игроков. По завершении игроки меняются ролями.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • передача выполняется различными частями стопы. • ситуация игра-соревнование: побеждает тот, кто выполнит большее количество ведения без попаданий в противников – бонус тем, кто попадает много раз в тех, кто осуществляет ведение. • игра завершается ударом по воротам. 	<p>Ребята начинают совершенствование пространственно-временной способности по отношению к мячу по параболической траектории.</p>  <p><i>Ребята ведут мяч в свободном пространстве. Каждый бросает свой мяч руками вверх, ловит его, бросает его на землю, ведет и обменивается с товарищем.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • контроль мяча осуществляется после удара мяча на отскок (упрощенно). • контроль мяча выполняется различными сторонами корпуса. • передача, выполняемая различными частями стопы. 	<p>Развитие способности сотрудничества и развитие преодоления противника с помощью товарища (тройная распасовка).</p>  <p><i>В игре принимают участие 3 игрока. Двое игроков передают мяч друг другу; на третьей передаче тот, кто находится с мячом, входит на поле и встречается с третьим игроком (защитником), который также входит после третьей передачи. Игрок с мячом может принять решение встретиться лицом к лицу с противником 1 против 1 или прибегнуть к помощи товарища, с которым он выполнял передачи (2 против 1).</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • сокращение или увеличение игрового пространства. • защитник также может выходить из зоны соревнования. • сотрудничество товарища становится более активным с входом внутрь игрового пространства. 	<p>Способность передачи мяча в зону и приема в динамической ситуации.</p>  <p><i>Двое игроков передают друг другу мяч («дай и получи»). Игрок, получивший мяч, избирает направление для перемещения (конусы справа или слева), другой, вернувшись ему мяч первым, возвращается на стартовую позицию, и меняются ролями.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • передача выполняется различными частями стопы. • конусы могут устанавливаться в глубину (передача вверх). • игрок, возвративший мяч, получает мяч, идя навстречу товарищу (барьер). 	<p style="text-align: center;"><u>МОДУЛЬ 5</u></p> <p>Основная техническая цель: ПЕРЕДАЧА</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мяч по параболической траектории 20' • Передача между двух огней 20' • Эстафета с маршрутом 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 против 1 с поддержкой 15' • Выбери угол 15' • Свободная игра 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Цветные куртки • Цветные резиновые мячи различных размеров • Кожаные мячи • Ворота ограниченных размеров • Двусторонние ворота • Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;"><i>«Ребенок взрослому: не заставляй меня чувствовать себя меньше, чем я есть, помоги вести мне себя более взрослым, чем я есть».</i> Л Эрбавольо</p>

УРОК №14

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 5</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Фронтальный пасс и прием мяча. ● Матчи 2:2 и 3:3 20' ● Соревнование по передаче 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Передача и прием ● Ориентирование в пространстве/отрыв от противника <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Пройди границу (защитник в зоне) 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Освободи товарища (4 пленных) 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота ● Подвижность суставов ● Деятельность по развитию чувства мяча (подвижность суставов) 5' ● Соревнование эстафета быстрый маршрут 15 м 10' (5м по линии, 5 м между конусами и 5 м по линии). <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Освободи товарища (4 пленных) 20' ● Деятельность по развитию чувства мяча (подвижность суставов) 5' ● Соревнование эстафета 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ (повторяется 2 раза):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободный матч 10' ● Соревнование по передаче 10' ● Пройди границу 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Разноцветные резиновые мячи разных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двусторонние ворота ● Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность передачи под давлением 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● отрыв от противника и прием 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● выносливость через игру. 	

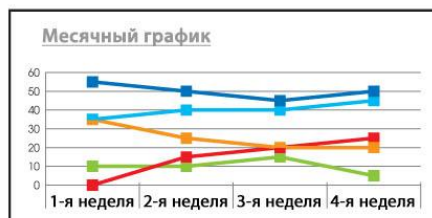


УРОК №14: ИССЛЕДУЙ ПРОСТРАНСТВО, ДАЙ МЯЧ, ИДИ И ...ЗАБЕЙ

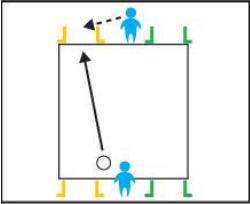
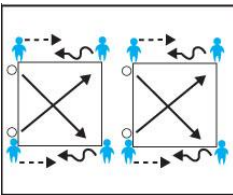
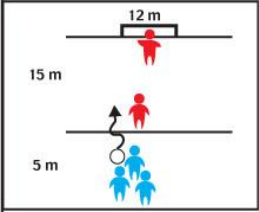
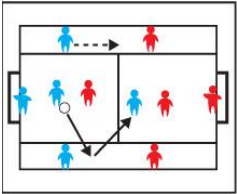
Освободи товарища (4 пленных)	Пройди границу (защитник в зоне)	Соревнование по передачам	Матчи 2 против 2 или 3 против 3	<u>МОДУЛЬ 5</u>
<p>Способность отрыва от противника и лучшее управление пространством, стимулируется способность отрыва от противника при наиболее эффективном управлении пространством.</p>  <p>Внутри определенного пространства (квадрата) очерчена территория (меньший квадрат), на которой происходит схватка 2 против 2 или 3 против 3. Игроки, владеющие мячом, должны передать мяч товарищам, находящимся за пределами большого квадрата, вне нейтральной зоны (зона, находящаяся между двумя квадратами). Тот, кто передает мяч, заменяет освобожденного товарища.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • передача выполняется различными частями стопы. • товарищи, находящиеся в ожидании за пределами квадрата, могут двигаться в любую сторону. • игра-соревнование: побеждает тот, кто освободит большее количество игроков.. 	<p>Способность отрыва от противника и лучшее управление пространством.</p>  <p>Игроки с мячом ведут его в пространстве, охраняемом защитником, и перед нейтральной зоной выполняют передачу товарищам, находящимся по другую сторону этой линии.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • тот, кто получает мяч, бьет по воротам. • удар по воротам менее умелой ногой. • удар мячами различного веса и размера. 	<p>Передача мяча выполняется в режиме временного давления, способствуя технической адаптации, все больше приближаясь к игровой реальности.</p>  <p>Две команды соревнуются по передачам. Каждая из команд располагается в своем квадрате, где каждый из игроков занимает угол фигуры. Передача выполняется фронтальным и низким мячом. Побеждает та команда, которая выполнит первой два полных оборота.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • обороты должны выполняться в двух направлениях. • передачи выполняются обеими ногами. • по сигналу тренера (зрительному или слуховому) меняется направление передач. 	<p>Свободные матчи играют в ограниченном пространстве, что укрепляет способности реакции и сбора информации.</p>  <p>Ребята соревнуются в ограниченном поле. Они свободно изучают пространство, темп и возможные решения игры, в этом случае рецепторы восприятия, в частности, зрительные и способность вырабатывать новые решения.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • с голом на финише. • только при владении мячом. • с 4 воротами. 	<p style="text-align: center;"><u>МОДУЛЬ 5</u></p> <p>Основная техническая цель: ПЕРЕДАЧА</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Освободи товарища (4 пленных) 20' • Деятельность по развитию чувства мяча (подвижность суставов) 5' • Соревнование эстафета 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ (повторяется 2 раза):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свободный матч 10' • Соревнование по передаче 10' • Пройди границу 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Цветные куртки • Цветные резиновые мячи различных размеров • Кожаные мячи • Ворота ограниченных размеров • Двусторонние ворота • Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;"><i>«Ребенок взрослому: не забывая, что мне очень нравится экспериментировать, я учусь на таких вещах, когда прошу терпеть меня».</i> <i>Л Эрбавольо</i></p>

УРОК №15

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 5
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● (низкие/диагональные) передача и прием. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Передачи между двух огней 15' ● Гол в маленькие ворота 10' ● Попади и победы в квадрате 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Преодоление противника и ориентация в пространстве (понятие опеки). <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 1 против 1 преодоление противника и удар 10' ● 3 против 3 в квадрате 10' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 5 против 5 (поиск координатора и боковой поддержки) 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота ● Соревнование эстафета челночный спринт 5' <p>10 + 10 м</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 3 против 3 в квадрате 10' (5 последовательных передач, один балл) ● Соревнование эстафета 5' ● Передачи между двух огней 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Гол в маленькие ворота 10' ● 1 против 1 преодоление противника и удар 10' ● Попади и победы в квадрате (2 x 10') 20' ● 5 против 5 (поиск координатора и боковой поддержки) 20' <p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Разноцветные резиновые мячи разных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двусторонние ворота ● Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● удар по воротам и дриблинг 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● индивидуальная защита и понятие поддержки 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота движения. 	<p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Разноцветные резиновые мячи разных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двусторонние ворота ● Цветные колышки и конусы



УРОК №15: ПЕРЕДАЙ И ПОЛУЧИ В ПРОСТРАНСТВЕ

Гол в маленькие ворота	Попади и победы в квадрате	1 против 1 преодоление противника и удар	5 против 5 с поиском боковой поддержки	МОДУЛЬ 5
<p>Развитие передачи мяча в исследовании точности выполнения и направленного приема.</p>  <p>Два игрока располагаются один против другого на расстоянии 15 м. По сторонам от них установлено по двое маленьких ворот, 2 м каждые. Игра заключается в том, чтобы забить как можно больше мячей в двое ворот противника. Защищающий может помешать забить мяч, перехватывая его ногами позади ворот.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • в момент удара защитник становится спиной. • в момент удара защитник садится. 	<p>Способствует способности передачи и приема мяча по диагонали в режиме быстроты. Исследование точности выполнения, улучшение скорости и частоты движения.</p>  <p>В нескольких больших квадратах 10 x 10 м, команды, состоящие каждая из 4 игроков, соревнуются в точности. Каждая команда делится на пары с двумя мячами и располагается в четырех углах квадрата. Начало игры предусматривает, чтобы две пары выполнили передачу по диагонали, прием товарищем и ведение в прилегающий угол. Две пары встречаются пасами по диагонали для того, чтобы коснуться двух мячей. Побеждает команда, которая в определенное время сможет коснуться больше двух мячей.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • большой квадрат для мяча по параболе. • последовательные передачи. 	<p>Развитие способности преодолеть противника, изучение дриблинга и обманного движения.</p>  <p>Упражнение заключается в преодолении противника, расположенного на линии, имеющей ширину 12 м, и в последующем ударе по воротам. Тот, кто забивает гол, занимает место вратаря, тот, кто перехватывает мяч, выходит и занимает место противника.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • противник располагается в определенном пространстве, а не на линии. 	<p>Эта игра способствует исследованию боковой поддержки (дай и иди) и замене места (дай и забей). У игроков, находящихся в центре, стимулируется способность ориентации и периферического зрения.</p>  <p>Игра идет на поле 35 x 20 м, с двумя боковыми коридорами длиной 4 м, как показано на рисунке. Таким образом организованный матч, предусматривает определенную скорость действий для того, чтобы создать численное превосходство как при атаке, так и в защите. Игроки, находящиеся внутри поля, обязаны находится на одной из двух половин поля (или в атаке или в защите), преимущество создается внешними игроками.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • передача «дай и иди» из-за поля. • дай и следуй за мячом и смена места. 	<p style="text-align: center;">Основная техническая цель: ПЕРЕДАЧА И ПРИЕМ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 3 против 3 в квадрате 10' (5 последовательных передач дают один балл) • Соревнование эстафета 5' • Передачи между двух огней 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Гол в маленькие ворота 10' • 1 против 1 преодоление противника и удар 10' • Попади и победы в квадрате (2 x 10') 20' • 5 против 5 (поиск координатора и боковой поддержки) 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Цветные куртки • Цветные резиновые мячи различных размеров • Кожаные мячи • Ворота ограниченных размеров • Двусторонние ворота • Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;"><i>«Многие неуклюжие дети не родились таковыми: они ими стали, так как имели мало возможностей для своего развития и, потому что их моторные способности были подавлены людьми, окружавшими их».</i> Фарфель</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 6

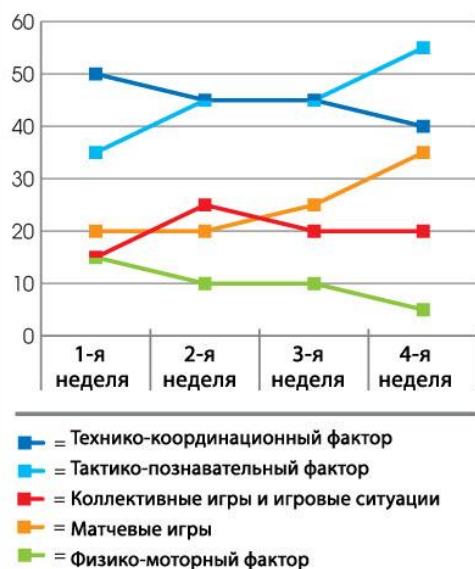
КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Это время способствования первым принципам сотрудничества, как на этапе владения мячом, так и без него. Мы должны помнить, что когда говорим о тактике, мы имеем в виду в этом возрасте то, что выделяет способность точности, анализа, выработки и организации движения в изменяемой окружающей среде (ситуация).
- В оценке маленьких футболистов кроме матчевых соревнований будет неплохо проверить также уровень усвоения других технических характеристик.

Месячный график



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- **ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Удар по воротам (низкий мяч и мяч по диагонали)
Боковая передача и прием
- **ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Отрыв от противника
- **ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
быстрота

№ УРОКА: _____

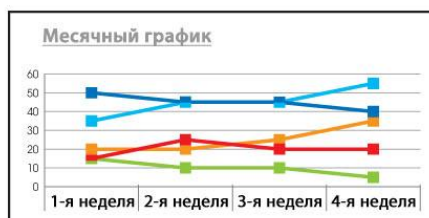
№ НЕДЕЛИ: _____

№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

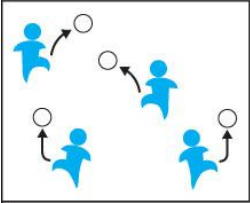
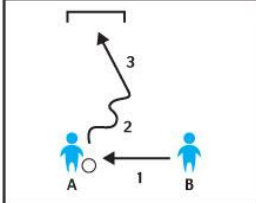
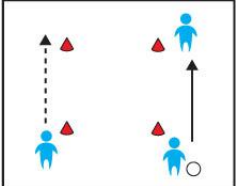
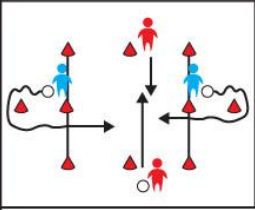
ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №16

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 6
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие чувства мяча, фронтальный прием и удар (удар по воротам) ● Вводный курс в перебрасывание мяча 15' ● Свободный матч 10' ● Прими и забей гол 15' ● Передача по «уровню» 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Передача, отрыв от противника и прием <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Квадрат отрыва от противника 10' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч 5 против 5 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота ● Подвижность суставов <ul style="list-style-type: none"> ● Упражнения на подвижность суставов с мячом 5' ● Эстафета челночная с мячом – 10+10 м 10' (5 м ведение мяча между конусами, 5 м спринт без мяча и возврат) <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободный матч 10' ● Упражнения на подвижность суставов с мячом 5' ● Вводный курс в перебрасывание мяча 15' ● Соревнование эстафета 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Квадрат отрыва от противника 10' ● Передача по «уровню» 10' ● Прими и забей гол 10' ● Матч 5 против 5 20' <p>Количество детей:</p> <p>Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Разноцветные резиновые мячи разных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двусторонние ворота ● Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● дидактика удара подъемом ноги 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● улучшение размещения на поле 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность ускоряться и замедляться (смена темпа), подвижность суставов 	



УРОК №16: ПОЛОЖИСЬ НА ТОВАРИЩА

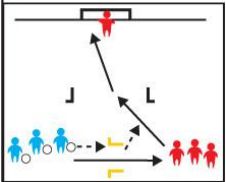
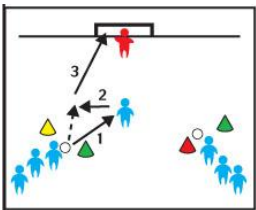
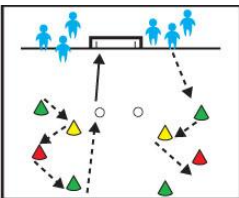
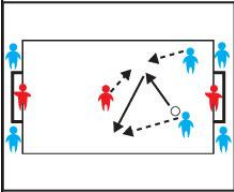
Вводный курс в перебрасывание мяча	Прими и забей гол	Квадрат отрыва от противника	Передача по «уровню»	<u>МОДУЛЬ 6</u>
<p>Ученик получает чувство координации в равновесии на одной ноге. Улучшается базовая техника.</p>  <p>Посредством использования мячей разных размеров, веса и материала у игроков стимулируется выполнение разнообразных видов перебрасывания (в воздухе и не только), используя, в частности, советы, предлагаемые самими учениками.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● только одной доминирующей ногой. ● чередующееся использование обеих ног. ● после удара с отскоком от земли. 	<p>Развитие удара подъемом стопы в стабильной обстановке и развитие направленного приема.</p>  <p>Ученик принимает мяч от товарища, ведет его и бьет по воротам без вратаря подъемом стопы. Побеждает тот, кто забьет большее количество голов.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● удары выполняются обеими ногами. ● ворота защищаются вратарем ● используются мячи различного веса и размера. 	<p>Ученик начинает воспринимать, что отрыв от противника является важным тактическим понятием в развитии принципа сотрудничества.</p>  <p>3 игрока располагаются по углам квадрата с одним мячом в своем распоряжении. Игра заключается в предоставлении игроку с мячом 2 возможностей для выполнения передачи (низкой и вверх) за пределами квадрата. Поэтому игроки побуждаются к «отрыву от противника» для приема мяча.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передача и/или прием производится различными частями ноги. ● в центре квадрата располагается защитник, пытающийся перехватить мяч. ● передача может производиться по диагонали. 	<p>Закрепление передачи внутренней стороной стопы, развитие приема и закрепление периферического зрения.</p>  <p>4 игрока разделены по парам. 2 просто передают мяч один другому. Другие 2 имеют по мячу каждый, который ведут вокруг конуса, находящегося в их игровом пространстве, до тех пор, пока не достигнут линии, от которой выполняют передачу товарищу и прием мяча. Избегать перехвата другим мячом.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передача выполняется различными частями стопы. ● мяч необходимо принять, задержать и передать после выполнения оборота без мяча вокруг кегли. ● игра – соревнование: побеждает тот, кто выполнит большее количество правильных передач и задержаний. 	<p style="text-align: center;"><u>МОДУЛЬ 6</u></p> <p>Основная техническая цель: ПРИЕМ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободный матч 10' ● Упражнения на подвижность суставов с мячом 5' ● Вводный курс в перебрасывание мяча 15' ● Соревнование эстафета 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Квадрат отрыва от противника 10' ● Передача по «уровню» 10' ● Прими и забей гол 10' ● Матч 5 против 5 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Цветные резиновые мячи различных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двусторонние ворота ● Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;"><i>«Дети учатся тому, что переживают: если ребенка критикуют, он учится осуждать, однако если его постоянно поощряют, он учится доверию».</i></p>

УРОК №17

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 6
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Диагональный и фронтальный удар по воротам. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Прими, передай и удар по воротам 20' ● Последовательный удар по диагонали 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Отрыв от противника <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● последовательно 2 против 1 и удар 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 6 против 6 в «дай и иди» с двумя боковыми опорами для команды 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота <ul style="list-style-type: none"> ● Круговой маршрут с быстротой движения 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Прими, передай и удар по воротам 20' ● Круговой маршрут с быстротой движения 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Последовательный удар по диагонали 20' ● последовательно 2 против 1 и удар 20' ● 6 против 6 в «дай и иди» 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Конусы ● Колышки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передача и прием 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● «дай и иди», игра со стеной 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● скорость движения на коротких дистанциях 	

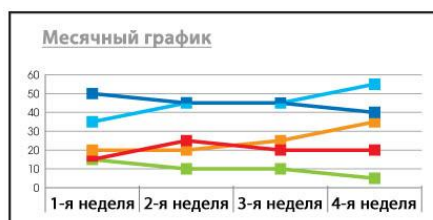


УРОК №17: БЕЙ ПО ВОРОТАМ И ЗАБЕЙ ГОЛ

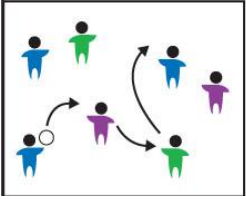
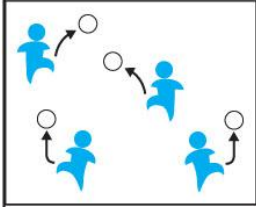
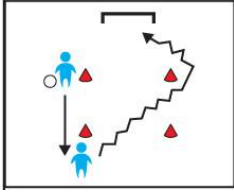
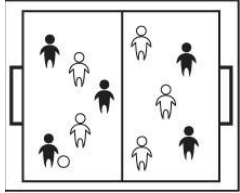
Получи, передай и удар по воротам	Последовательный удар по воротам	Быстрый круговой маршрут и удар по воротам	Последовательно 2 против 1 и удар по воротам	МОДУЛЬ 6
<p>Это упражнение стимулирует моторное поведение удара по воротам, способность дифференциации и улучшает точность движения.</p>  <p>С максимальной скоростью пара ребят по очереди выполняет фронтальное ведение мяча на 10 м, ученик с мячом выполняет передачу через маленькое ворота, находящиеся на середине вышеуказанной дистанции. Как только мяч проходит через ворота, ученик бежит к товарищу, проходя их, стараясь помешать выполнить ему удар по воротам. Товарищ принимает мяч, выполняет пасс самому себе и на скорости бежит, чтобы ударить по воротам.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • в «дай и иди». • в «дай и следуй за мячом». 	<p>Изучение передачи в «дай и следуй» (при дидактической стабильности) и удара в движении при остановленном мяче. Исследование точности удара по воротам и удара по диагонали.</p>  <p>Две группы игроков, расположенные в два ряда, чередуясь, передают мяч товарищу, находящемуся перед ними на расстоянии 10 м, получают мяч назад и бегут для удара по воротам. По очереди игрок, передавший мяч и побежавший ударить по воротам, занимает место товарища, находящегося в поддержке. Удар должен быть выполнен при остановленном мяче (поэтому важным является правильный прием мяча товарищем).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • с игрой в стену, затем прием и удар по воротам. • в «дай и иди» ворота защищаются вратарем. 	<p>Улучшение частоты движения, реакции и скорости движения.</p>  <p>Две команды располагаются в две шеренги позади лицевой линии поля. Игра заключается в беге, касаясь руками конусов, расположенных в шахматном порядке, одинаковом для обеих маршрутов и возврате мячом в маленькие ворота, расположенные на углах ворот размером 4 x 2 м. По завершении, когда все игроки произведут удары, подсчитываются голы, забитые в маленькие ворота.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выполнить удар по диагонали. 	<p>Улучшение способности выбора времени для отрыва от противника в ситуации при определенном давлении защитника при верном и правильном занятии положения (игрок с мячом).</p>  <p>3 рабочих группы чередуются в наступательных действиях против защитника, находящегося в центре игрового поля (смена после каждого трех действий). Побеждает пара, забившая большее количество голов.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • с двумя защитниками. • с тремя нападающими. 	<p style="text-align: center;">Основная техническая цель: УДАР ПО ВОРОТАМ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Прими, передай и удар по воротам 20' • Круговой маршрут с быстротой движения 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Последовательный удар по диагонали 20' • последовательно 2 против 1 и удар 20' • 6 против 6 в «дай и иди» 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Конусы • Кольшки <p style="text-align: center;"><i>«Твое сознание - это критерий услышанной искренности».</i> Р. Бах</p>

УРОК №18

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 6
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Вводный курс перебрасывания мяча. 10' Свободный матч 10' Прими и забей гол в «уголок» 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Отрыв от противника <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Квадрат отрыва от противника с защитником 10' (также передача по диагонали) Таможенник 2:1 10' (защитник в зоне) <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Игра цветов (руками) 15' Матч с определенными ролями 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Подвижность суставов Упражнения по развитию подвижности суставов с мячом 5' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Игра цветов 15' Упражнения по развитию подвижности суставов с мячом 5' Вводный курс перебрасывания мяча. 10' Свободный матч 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Квадрат отрыва от противника 10' Таможенник 2:1 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Прими и забей гол в «уголок» 15' Матч с определенными ролями 15'
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			Количество детей:
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> дидактика удара подъемом стопы и направленного приема 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> улучшение размещения на поле и принципа сотрудничества 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность ускоряться и замедляться (смена темпа), подвижность суставов. 	<p>Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Разноцветные резиновые мячи разных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы



УРОК №18: УЧИТЬСЯ ПЕРЕБРАСЫВАТЬ МЯЧ

Игра цветов	Вводный курс в перебрасывании мяча	Прими и забей гол в «уголок»	Матч с определенными ролями	<u>МОДУЛЬ 6</u>
<p>Способствует развитию ориентации в свободном пространстве и зрительной связи.</p>  <p>Группа ребят разделена на 3 или 4 цвета (по двое на каждый цвет). Мяч должен передаваться руками одному из товарищей другого цвета.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • передачи выполняются ногами. • 2 команды, передача товарищам одного цвета. Тот, кто получает мяч, должен остановиться. • игра-соревнование: побеждает тот, кто выполнит большее количество передач. 	<p>Ученик получает чувство координации в равновесии на одной ноге. Улучшается базовая техника.</p>  <p>Посредством использования мячей разных размеров, веса и материала у игроков стимулируется выполнение разнообразных видов перебрасывания (в воздухе и не только), используя, в частности, советы, предлагаемые самими учениками.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • перебрасывание мяча бедром, стопой. • двое правой ногой, и двое левой ногой. 	<p>Развитие направленного удара (периферическое зрение) подъемом стопы и укрепление направленного приема.</p>  <p>Игрок получает мяч от товарища, ведет его вокруг конуса и бьет в ворота без подъемом стопы, левой ногой в правую сторону ворот и правой ногой в левую сторону ворот. Побеждает тот, кто забьет большее количество мячей.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • удары могут выполняться различными частями стопы. • ворота защищает вратарь. • игрок, выполняющий удар по воротам, принимает спиной у ворот. 	<p>Способствует этапу сотрудничества в наступлении, имея много решений для передачи; на этапе без мяча развивает сотрудничество в численном меньшинстве.</p>  <p>Две команды соревнуются 5 против 5 на поле ограниченных размеров с маленькими воротами. Команды разделены на 3 нападающих и 2 защитников, которым нельзя переходить линию посередине поля. В этом случае, создается ситуация 3 против 2.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4:4, защитник, передающий мяч нападающему, может переходить срединную линию поля и играть 3:2 в нападении. По завершении действия все возвращаются на начальные позиции. • защитник, передающий мяч, может переходить срединную линию поля и определять двойное численное превосходство (4:2). • 4:4 при атаке, защитники обеих команд могут преодолевать срединную линию поля. (4:2). 	<p>Основная техническая цель: ОТРЫВ ОТ ПРОТИВНИКА</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра цветов 15' • Упражнения на подвижность суставов с мячом 5' • Вводный курс перебрасывания мяча. 10' • Свободный матч 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Квадрат отрыва от противника 10' • Таможенник 2:1 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Прими и забей гол в «уголок» 15' • Матч с определенными ролями 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Цветные куртки • Разноцветные резиновые мячи разных размеров • Кожаные мячи • Ворота ограниченных размеров • Двусторонние ворота • Цветные колышки и конусы <p>«Ребенок взрослому: не применяй против меня силу; это научит тому, что сила значит все, я буду более свободным, если меня наставлять». <i>Л Эрбавольо</i></p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 7

КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ»

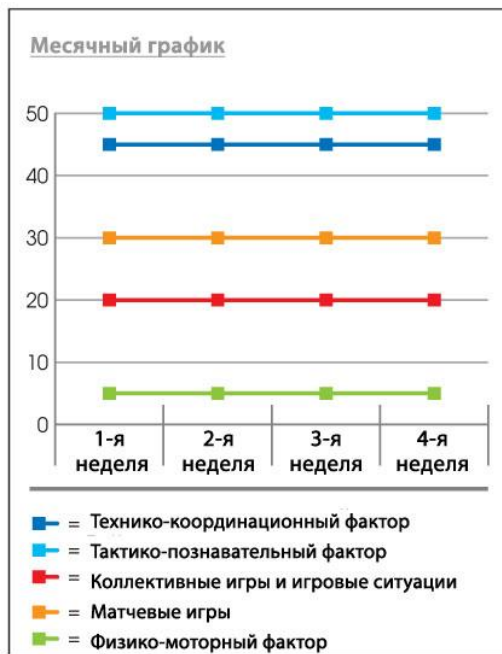
ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- У ребят начинают развиваться достаточные способности отрыва от противника. Поэтому в основном стимулируется наступательный этап, оцениваются действия удара по воротам, которые вызывают такой восторг у наших ребят. Начинает формироваться понимание определенной значимости того, что игровые действия относятся как к игроку, владеющему мячом, так и к другим потенциальным получателям мяча.

- Тем не менее, неплохо постоянно подчеркивать, что перемещения и бег без мяча, создают динамизм и ситуации, благоприятные для перемещения мяча.

- Стимулировать ребят, чтобы они все это помнили. Это относится как к игроку с мячом, так и к другим его товарищам.



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Удар по воротам
- ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Отрыв от противника
- ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
быстрота

№ УРОКА: _____

№ НЕДЕЛИ: _____

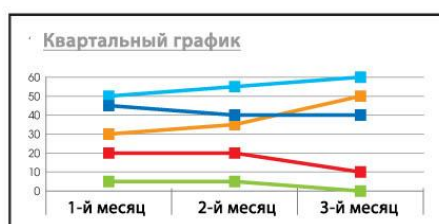
№

СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

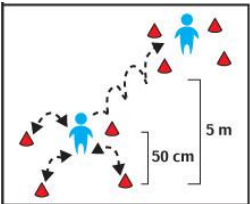
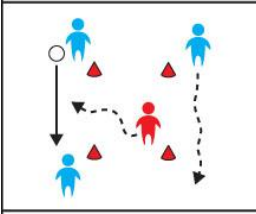
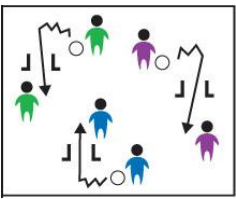
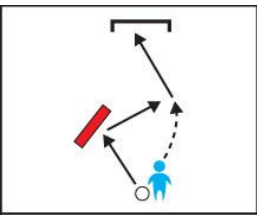
ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №19

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 7
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по воротам после передачи в стену Развитие чувства мяча и дидактика перебрасывания мяча. Свободный матч 2:2 и 3:3 10' Вводный курс перебрасывания мяча. 15' Передай на край и забей мяч в ворота 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Отрыв от противника в пространстве в зависимости от игрока, владеющего мячом <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Квадрат отрыва от противника (с активным защитником) 10' Найди «переход» и передай мяч 10' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч 5:5 (мяч у пленника) 15' Свободный матч 5:5 (проверка знаний) 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота, нервно-мускульная синхронизация <p>ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧОМ</p> <ul style="list-style-type: none"> Эстафета «кенгуру» 5' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободный матч 2:2 или 3:3 10' Вводный курс перебрасывания мяча. 15' Эстафета «кенгуру» 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> Квадрат отрыва от противника 10' Найди «переход» и передай мяч 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> Передай на край и забей мяч в ворота 15' Матч 5:5 (мяч у пленника) 15' Свободный матч 5:5 (проверка знаний) 10' <p>Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p>
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> прием и контроль мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> развитие зрительной связи (первые сигналы о времени отрыва от противника) 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность ускоряться и замедляться с изменением направления (способность менять темп). 	<p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Разноцветные резиновые мячи разных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы

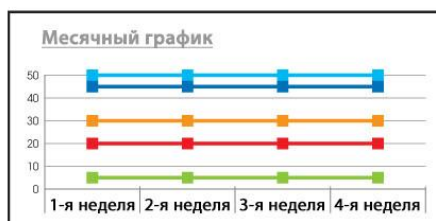


УРОК №19: ОТОРВИСЬ ОТ ПРОТИВНИКА И ПОМОГИ ОРГАНИЗОВАТЬ НАСТУПАТЕЛЬНОЕ ДЕЙСТВИЕ

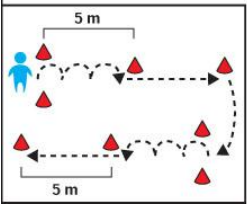
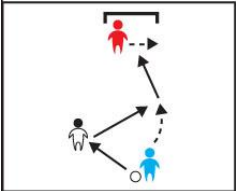
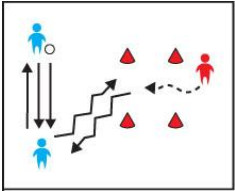
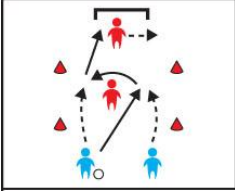
Эстафета «кенгуру»	Квадрат отрыва от противника (с активным защитником)	Найди «переход» и передай мяч	Передай мяч и бей по воротам	МОДУЛЬ 7
<p>Это упражнение способствует развитию способности повторения с большой частотой моторного действия.</p>  <p>Один игрок стартует к центру квадрата стороной 50 см и быстро выполняет прыжки сведенными вместе ногами вперед, вправо, назад и влево, проходя все время через центр, а затем выполняет на 5 метрах прыжки на одной ноге.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • все прыжки выполняются на одной ноге. • стартует на одной ноге, а прыжки на 5 метрах выполняет на двух ногах. • на расстоянии 5 м выполняются прыжки, чередуясь: прыжки на сведенных вместе ногах и на ногах разведенных в стороны. 	<p>Улучшает способность воспринимать время отрыва от противника в ситуации давления, определяемого защитником. Что стимулирует верное и точное занятие положения.</p>  <p>В соответствии с углами квадрата располагаются 3 нападающих с одним мячом, играющие против одного защитника, находящегося в центре квадрата. Нападающие передают мяч друг другу, перемещаясь по сторонам, защитник должен постараться перехватить мяч.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • изменение количества касаний нападающих. • игроки передвигаются свободно в определенном пространстве (бычок). • изменение количества защитников. 	<p>Улучшение динамики передачи и улучшение способности перемещения в пространстве...</p>  <p>Игра парами. На территории, находящейся в распоряжении игроков, устанавливаются маленькие ворота, количество которых равно количеству пар игроков. Пары игроков передают мяч друг другу, перемещаясь в различных направлениях и передавая мяч через все небольшие ворота.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • используя только одну ногу. • уменьшая количество ворот. • с двойной передачей. 	<p>Пространственная адаптация после выполнения передачи. Развитие правильного положения опорной ноги.</p>  <p>Игрок передает мяч в направлении борта (приспособление), получает мяч обратно и выполняет фронтальный удар по воротам.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • роль борта выполняет другой игрок. • ворота защищаются защитником. • игра-соревнование: две команды, побеждает та, которая забьет большее количество мячей. 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свободный матч 2:2 или 3:3 10' • Вводный курс перебрасывания мяча. 15' • Эстафета «кенгуру» 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Квадрат отрыва от противника 10' • Найди «переход» и передай мяч 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передай мяч к край и забей мяч в ворота 15' • Матч 5:5 (мяч у пленника) 15' • Свободный матч 5:5 (проверка знаний) 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Цветные куртки • Разноцветные резиновые мячи разных размеров • Кожаные мячи • Ворота ограниченных размеров • Двусторонние ворота • Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;"><i>«Чтобы сделать ребенка счастливым, достаточно дать ему мяч и тренера, который помнит, что это ребенок.»</i></p>

УРОК №20

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 7
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по воротам после передачи в стену Чувство восприятия. Дай, иди и ударь по воротам 10' Деятельность по развитию чувства мяча 20' Свободный матч 2:2 или 3:3 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Преодоление противника Передвижение в пространстве для приема мяча <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 2:1 – забей гол с тройной распасовкой 10' Поддержка 10' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч 5:5 (мяч у капитана) 10' Свободный матч 5:5 (проверка знаний) 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота <p>ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧОМ</p> <ul style="list-style-type: none"> Эстафета: 20 м спринт и прыжки 5' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободный матч 2:2 или 3:3 10' Деятельность по развитию чувства мяча 20' Соревнования эстафета 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Дай, иди и ударь по воротам 10' Поддержка 10' 2:1 – забей гол с тройной распасовкой 10' Матч 5:5 (мяч у капитана) 10' Свободный матч 5:5 (проверка знаний) 15' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Разноцветные резиновые мячи разных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> комбинированные прием и передача для нанесения удара по воротам. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> развитие зрительной связи (первые сигналы о времени отрыва от противника) 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность ускоряться и замедляться с изменением направления (способность менять темп). 	<p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Разноцветные резиновые мячи разных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы

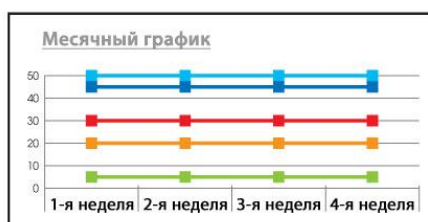
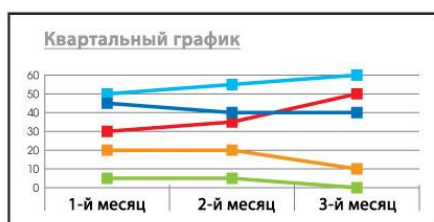


УРОК №20: ЗАБЕЙ ГОЛ С ФАНТАЗИЕЙ

Соревнования эстафета: 20 м прыжки	Дай, иди и удар по воротам	Поддержка	2:1 – забей гол с тройной распасовкой	МОДУЛЬ 7
<p>Развитие быстрой координации и улучшение способности моторной комбинации.</p>  <p>Один игрок стартует, выполняя на протяжении 5 м прыжки сведенными вместе ногами, затем 5 м линейный спринт, а после повторяет эту последовательность (5 м прыжки сведенными вместе ногами и 5 м спринт). В целом получается маршрут в 20 м.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> прыжки на одной ноге. чередовать: прыжки на сведенных вместе ногах и на ногах, разведенных в стороны. прыжки на сведенных вместе ногах вперед по диагонали вправо и влево. 	<p>Способность сочетать действия бега и удара по воротам. Развитие правильного положения опорной ноги.</p>  <p>Игрок обменивается мячом с товарищем. После того как он получает мяч, выполняет удар по воротам, в правую или левую сторону, в зависимости от перемещения вратаря, который перемещается заранее. Автоматически меняются ролями: нападающий занимает место «борта», «борт» занимает место вратаря, а вратарь становится игроком, выполняющим удар по воротам.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> выполнять удар, применяя различные части стопы. направление удара определяется перемещением внешнего товарища. игра-соревнование: побеждает тот, кто забьет большее количество мячей. 	<p>Развитие понятия отрыва от противника (поддержка) и визуальной связи.</p>  <p>Сначала двое игроков передают друг другу мяч, затем после выполнения определенного количества передач и получения мяча одним из игроков на месте старта, третий игрок получает мяч в предварительной установленной зоне, становясь «бортом» и передавая мяч игроку, от которого он его получил.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> игра завершается ударом по воротам одним из двух нападающих в «поддержке». защитник создает препятствия игроку, исполняющему роль «борта». Как только поддержка получает мяч, игра развивается в свободной форме 3 против 1. 	<p>Закрепление передачи внутренней стороной стопы и направленного приема. Развитие тройной распасовки.</p>  <p>Двое нападающих должны преодолеть одного защитника, находящегося внутри определенной зоны, используя тройную распасовку (дай и иди). После получения обратного пасса нападающий выполняет удар по воротам.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> один из двух нападающих движется в свободном пространстве («свободной» зоне), находясь рядом с игровой территорией. два внешних борта находятся на игровой территории, нападающий выбирает того, с кем играть в «дай и иди». второй защитник преследует и создает давление в зоне нападения. 	<p>Основная техническая цель: ОТРЫВ ОТ ПРОТИВНИКА</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободный матч 2:2 или 3:3 10' Деятельность по развитию чувства мяча 20' Соревнования эстафета 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Дай, иди и удар по воротам 10' Поддержка 10' 2:1 – забей гол с тройной распасовкой 10' Матч 5:5 (мяч у капитана) 10' Свободный матч 5:5 (проверка знаний) 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 90' Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Разноцветные резиновые мячи разных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы <p>«Знание игры должно быть для ребенка борьбой, соревнованием и оценкой своих способностей в сравнении со сверстников».</p>

УРОК №21

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 7
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по воротам <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Бычок 10' Парами дай и следуй 15' Поперечная передача втроем (удар головой) 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Отрыв от противника <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Игра с нейтральным покровителем 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Нейтральный джокер в свободной зоне 15' Матч 6:6 с вратарем - численное превосходство (3:2) в нападении и средней линии 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота <ul style="list-style-type: none"> Эстафета «быстрые движения с мячом» 5' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Бычок 10' Эстафета «быстрые движения с мячом» 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Парами дай и следуй 15' Поперечная передача втроем 15' Игра с нейтральным покровителем 15' Нейтральный джокер в свободной зоне 15' Матч 6:6 15' <p>Количество ребят: 90'</p> <p>Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Конусы Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> противодействие, передача и прием, дриблинг и удар головой. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> владение мячом, структура и игра в глубине для завоевания пространства, «дай и иди». 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> скорость движения. 	



УРОК №21: ОТЫЩИ ПОКРОВИТЕЛЯ И ДАЙ МЯЧ

Парами «дай и следуй»	Поперечная передача втроем	Игра с нейтральным покровителем	Нейтральные джокеры в свободной зоне	<u>МОДУЛЬ 7</u>
<p>Понятие передачи в «дай и следуй» (перемещение без мяча) и понятие глубины. Исследование точности при ударе по воротам.</p>  <p>Две группы ребят, расположенные в две шеренги, чередуясь, передают мяч двум товарищам, расположенным по диагонали на расстоянии 10 м (1), и выполняют действие «дай и следуй» (перекрывание) (2), чтобы выполнить поперечную передачу низким мячом (3) товарищу, с которым выполнялось действие. Удар по воротам выполняется с первой попытки и мячом по диагонали. Предусматривается обмен ролями между двумя игроками.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передача мяча по параболической траектории. ● «дай и следуй» и удар по воротам 	<p>Изучение понятия игры в стену посредством действия обратной передачи тому же товарищу или другому, прибывшему для поддержки. Кроме того, вертикальная передача стимулирует использование пространства в глубину и позволяет ученику понять, что он должен принять мяч, заняв свободное пространство.</p>  <p>В большом квадрате (20 x 20 м) располагаются треугольником три игрока. После передачи (1) и действия поддержки (отрыв от противника), нападающим товарищу, находящемуся напротив, выполняется последующая игра в стену (2) и низкая подача третьему игроку (3), который оторвался от противника в глубину, к одному из свободных углов. Как только он получает мяч снаружи квадрата, выполняет поперечную передачу двум товарищам, которые тем временем закончили действие. Смена ролей.</p>	<p>Численное преимущество способствует владению мячом и способности ориентации в пространстве с обязанностью «поддержки» (передача и прием). Стимулирует способность адаптации.</p>  <p>На игровом поле 30 x 15 м играют 3 против 3 с двумя внешними «нейтральными» игроками, передвигающимися вдоль боковых коридоров (4 м). Во время игры внешние игроки должны оказывать поддержку в приеме и участии в наступательном действии. Запрещено перехватывать мяч и противостоять в боковых коридорах. По очереди смена ролей.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● внешние игроки могут на этапе владения мячом, выходить из боковых зон и вступать в игру, создавая численное преимущество в атаке. 	<p>Исследуется владение мячом в организации игры с относительным отрывом от противника и понятие организации по вертикали, как завоевание игрового пространства.</p>  <p>В игровом пространстве 20 x 40 м играют 5 против 5 с 2 нейтральными центровыми, находящимися в свободной зоне. Двое центровых играют с командой, владеющей мячом, и выполняют задание по поддержке и помощи наступательному действию. Ситуация превосходства на этапе владения мячом. Запрещается входить в свободную зону.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● при обязательной игре в «дай и следуй» и «дай и иди». ● включение защитника в свободную зону (2:1). 	<p style="text-align: center;">Основная техническая цель: ПОПЕРЧНЯ ПЕРЕДАЧА И УДАР ПО ВОРОТАМ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бычок 10' ● Эстафета «быстрые движения с мячом» 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Парами «дай и следуй» 15' ● Поперечная передача втроем 15' ● Игра с нейтральным покровителем 15' ● Нейтральный джокер в свободной зоне 15' ● Матч 6:6 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Конусы ● Колышки <p style="text-align: center;"><i>«Разум и сознание – это как тело и душа; без тела душа не что иное, как пустое дуновение ветра».</i> К. Жибран</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 8

КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ»

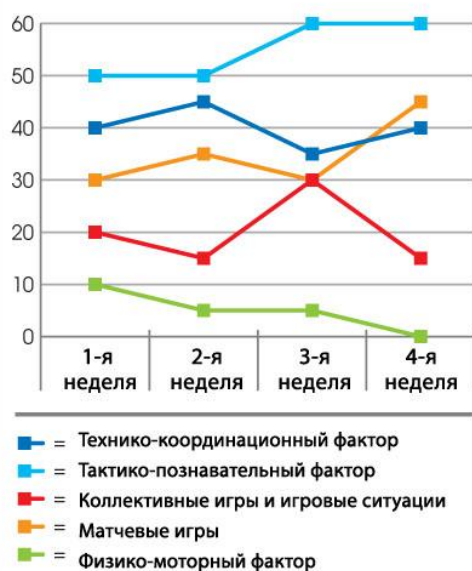
ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Чрезвычайно важно увеличить количество дидактических встреч с другими ребятами и организовывать внутренние турниры, совмещая футбол с другими культурными событиями, имеющими место на данной территории.

- Необходимо проверять полученные тактико-технические знания, которые будут служить ориентиром начала нового учебного года.

Месячный график



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- **ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Передача и удар по воротам (мяч фронтальный и по диагонали)
- **ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Отрыв от противника (способность ориентации в пространстве)
Этап не владения мячом, перехват и противодействие
- **ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
быстрота

№ УРОКА: _____

№ НЕДЕЛИ: _____

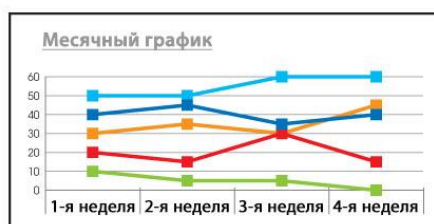
№

СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

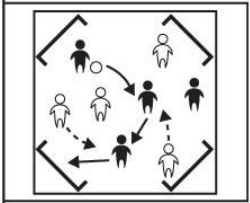
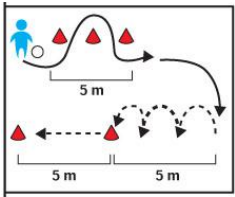
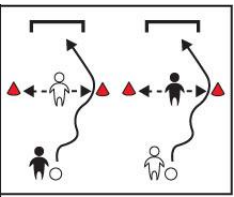
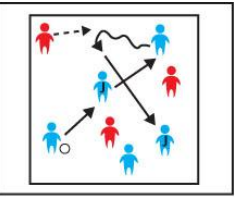
ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №22

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 8
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Стимуляция восприятия по отношению к мячу и пространству ● Дриблинг и удар по воротам ● Деятельность по развитию чувства мяча 10' ● Свободные матчи 2:2 или 3:3 10' ● Король дриблинга (в команде) 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Преодоление и отрыв от противника <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 2:1 – забей гол с тройной распасовкой 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч с джокером 15' ● 4 ворот 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота <p>ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧОМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Соревнования эстафета 15 м, чередуясь – спринт с мячом и без мяча 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 4 ворот 15' ● Деятельность по развитию чувства мяча 10' ● Свободные матчи 2:2 или 3:3 10' ● Соревнования эстафета 10' ● Король дриблинга (в команде) 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч с джокером 15' ● 2:1 – забей гол с тройной распасовкой 15' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Разноцветные резиновые мячи разных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двусторонние ворота ● Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● сочетание технических элементов дриблинг – удар по воротам. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● развитие понятия помощи и поддержки (опека игрока). 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● улучшение способности ускоряться и замедляться с мячом (смена темпа) 	



УРОК №22: ПЕРЕДАЙ МЯЧ И ОТОРВИСЬ ОТ ПРОТИВНИКА, ЧТОБЫ ЗАБИТЬ ГОЛ

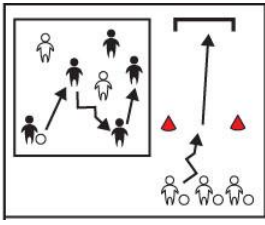
4 ворот	Соревнования эстафета– спринт с мячом и без него	Король дриблинга (в команде)	Матч с джокером	<u>МОДУЛЬ 8</u>
<p>Способствует расходящимся действиям и стимулирует использование пространства в ширину, расширяя фронт наступательного действия.</p>  <p><i>Матч 4 против 4 с 3 воротами, находящимися по углам. Игра должна развиваться, чтобы организовать неожиданную смену игры справа налево и наоборот.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> изменение размеров ворот. использование джокера, который играет с командой, владеющей мячом. как только мяч потерян, 2 игрока идут защищать ворота, создавая ситуацию 4 против 2. 	<p>Развиваем способность моторной комбинации и способность ускоряться.</p>  <p><i>Игрок стартует, выполняя сначала ведение мяча на протяжении 5 м между конусами, затем 5 м прыгает на одной ноге, и в заключение 5 м линейного спринта.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> прыжки на сведенных вместе ногах. ведение и прыжки выполняются одной и той же ногой. спринт 10 м. 	<p>Закрепление удара по воротам после преодоления противника.</p>  <p><i>Соревнуются две группы в ударах по воротам, выполняя формулу 1:1 с защитником, стоящим на линии. Удар по воротам может быть выполнен только после преодоления защитника. Смена происходит автоматически: тот, кто выполнил удар, занимает место защитника, защитник получает мяч и передает его следующему игроку, который начинает снова. После 5 минут меняются местами.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> выполнять удар, используя различные части стопы. последующий защитник преследует, оказывая давление на нападающего (исследование быстроты в действии). направление удара определено сигналом. 	<p>Развитие понятия поддержки, развитие сохранения мяча во владении.</p>  <p><i>Игроки, находящиеся внутри игровой площадки, обмениваются мячом, обязательно используя двоих джокеров, перемещающихся от противника) внутри пространства.</i> Защитники пытаются перехватить мяч. После каждого трех перехватов меняются ролями. Побеждает тот, кто проведет больше обменов мячом с джокерами или кто выполнит больше передач.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> обязательно выполнять тройную распасовку с джокерами. защитники становятся нападающими как только завладевают мячом. игра превращается в матч с двумя воротами, защищаемыми вратарями. Джокеры играют с командой, владеющей мячом. 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕДАЧА И ПРИЕМ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> 4 ворот 15' Деятельность по развитию чувства мяча 10' Свободные матчи 2:2 или 3:3 10' Соревнования эстафета 10' Король дриблинга (в команде) 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч с джокером 15' 2:1 – забей гол с тройной распасовкой 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Разноцветные резиновые мячи разных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;"><i>«Если игра идет спокойно, она позволяет выразить само творчество, а футбол в этом нуждается для того, чтобы быть захватывающим спортом».</i></p>

УРОК №23

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 8
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Чувство мяча ● Дриблинг и удар по воротам ● Деятельность по развитию чувства мяча 10' ● Дриблинг и удар в «уголок» 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Отрыв от противника и способность ориентации <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Квадрат отрыва от противника по парам 20' ● Игра «часы»: держи мяч и бей по воротам 10' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 4 против 4 внимание пространству 15' ● Игра «часы»: держи мяч и бей по воротам 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Подвижность суставов <p>ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧОМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Упражнения с мячом на подвижность суставов 5' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Деятельность по развитию чувства мяча 10' ● Упражнения с мячом на подвижность суставов 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Дриблинг и удар по воротам 20' ● Квадрат отрыва от противника по парам 20' ● Игра «часы» 20' ● 4 против 4 внимание пространству 15' <p>Количество ребят: 90'</p> <p>Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Цветные куртки ● Разноцветные резиновые мячи разных размеров ● Кожаные мячи ● Ворота ограниченных размеров ● Двусторонние ворота ● Цветные колышки и конусы
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● закрепление удара по воротам после преодоления противника. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● развитие понятия помощи и поддержки (опека игрока). 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● улучшение способности ускоряться и замедляться с мячом (смена темпа) 	



УРОК №23: СОХРАНИ МЯЧ И ЗАБИВАЙ ГОЛ С ТОВАРИЩАМИ

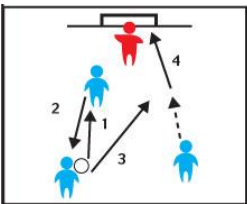
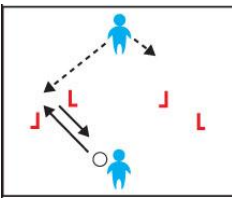
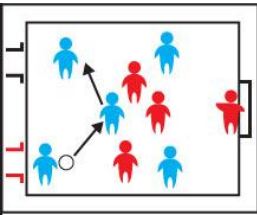
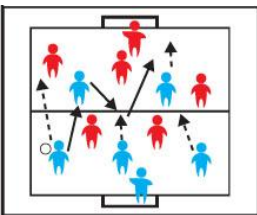
Дриблинг и удар в угол	Квадрат отрыва от противника по парам	Игра часы: держи мяч и бей по воротам		<u>МОДУЛЬ 8</u>
<p>Закрепление удара по воротам после преодоления защитника. Развитие периферического зрения.</p>  <p><i>Игрок с мячом ведет его и преодолевает защитника, находящегося на линии. Нападающий выполняет низкий удар в правую или левую половину ворот.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> второй защитник преследует и создает помехи для наступательного действия. защитник защищается в определенной ограниченной зоне, а не на линии. направление удара определяется определенным сигналом (например, перемещением игрока, цветом, заданным тренером и т.д.). 	<p>Закрепление способности дифференциации передачи. Улучшение способности зрительной связи.</p>  <p><i>В квадрате находится несколько игроков, по одному для каждой стороны с двумя мячами. Игроки с мячами ведут мяч вдоль стороны для передачи его товарищам, находящимся на противоположной стороне, двигающимся таким же образом для приема мяча. Игроки должны избегать того, чтобы мячи столкнулись.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> защитник в центре фигуры должен перехватывать мяч одной из двух пар. игра-соревнование: побеждает тот, кому удастся выполнить большее количество правильных передач. 	<p>Закрепление способности удара по воротам в ситуации временного давления. Развитие понятия помощи и поддержки (опека противника) и сохранение владения мячом.</p>  <p><i>Игра заключается в соревновании между двумя командами по следующим правилам: на ограниченном поле одна из команд играет при численном превосходстве 4 против 2, пытаясь выполнить как можно больше последовательных передач. Другая команда, играющая в численном меньшинстве, выполняет вне игрового поля ряд ударов по воротам. После того как она, например, забьет 10 мячей, игра завершается. После этого команды меняются ролями. Побеждает команда, выполнившая большее количество последовательных передач.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> при достижении определенного количества передач (например, 4) команда, владеющая мячом, может уйти с поля и направить мяч в нейтральную зону и проводить удары по воротам. 	<ul style="list-style-type: none"> использование одного джокера, играющего с командой, владеющей мячом. ворота защищает вратарь. <p style="text-align: center;">4 против 4 – внимание пространству</p> <p>Закрепление способности ориентации и размещения на поле.</p>  <p><i>На поле ограниченных размеров, разделенном на 6 секторов, соревнуются две команды, состоящие каждая из 4 игроков: 2 нападающих и 2 защитников. Как нападающие, так и защитники не могут преодолеть середину поля, в то время как двое нападающих должны обязательно останавливаться в двух прилегающих зонах.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> игровое поле разделено на 4 зоны, в каждой зоне может останавливаться один нападающий и один защитник. ворота защищаются вратарем. мобильный вратарь и соответственно возможность вводить в игру еще одного игрока (3:2) при атаке. 	<p style="text-align: center;"><u>МОДУЛЬ 8</u></p> <p>Основная техническая цель: УХОД ОТ ПРОТИВНИКА</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> Деятельность по развитию чувства мяча 10' Упражнения с мячом на подвижность суставов 5' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> Дриблинг и удар по воротам 20' Квадрат отрыва от противника по парам 20' Игра «часы» 20' 4 против 4, внимание пространству 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Цветные куртки Разноцветные резиновые мячи разных размеров Кожаные мячи Ворота ограниченных размеров Двусторонние ворота Цветные колышки и конусы <p style="text-align: center;"><i>«Играя, мы растем и также, играя, мы можем помочь расти ребятам, которых мы встречаем на нашем пути воспитателей».</i></p>

УРОК №24

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 8
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передача и удар по воротам. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • По трое игра в стену 20' • По парам с маленькими воротами 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Отрыв от противника <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • 5 против 4 с вратарем и маленькими воротами 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> • 6 против 6 со средней линией 20' • 6 против 6 с боковыми покровителями и защитником, который может противостоять противнику 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 6 против 6 с боковыми покровителями 20' • По трое игра в стену 20' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • По трое с маленькими воротами 15' • 5 против 4 с вратарем и маленькими воротами 15' • 6 против 6 со средней линией 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Конусы • Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • удар по воротам с мячом в движении, передача по диагонали и прием в движении. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра в стену, организация, завоевание пространства в глубину. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p>	



УРОК №24: ПЕРЕДАЙ И ЗАБЕЙ ГОЛ

По трое игра в стену	По парам с маленькими воротами	5:4 с вратарем и маленькими воротами	6 против 6 со средней линией	<u>МОДУЛЬ 8</u>
<p>Упражнение развивает правильное и функциональное изучение различных технических движений в схемах действия – ведение при отсутствии защитников. Также способствует удару по воротам мячом в движении.</p>  <p><i>Расположившись треугольником, выполняется передача по вертикали нападающему, расположенному перед воротами (1), который посредством обратного паса (игра в стену) (2) позволяет игроку, начавшему упражнение, выполнить низкую передачу по диагонали (3) товарищу, завоевавшему пространство в глубине (отрыв от противника). Этот последний, получив мяч (остановка и следование) бьет по воротам (4).</i></p> <p>Упражнение выполняется последовательно посредством двух шеренг учеников, по очереди меняющихся ролями.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • обратная передача другому товарищу. • с перекрыванием. 	<p>Этот вид упражнения стимулирует ученика быстро и точно выполнять технические движения передачи и приема, способствуя получению по траектории фронтального и диагонального мяча.</p>  <p><i>Парами располагаются один напротив другого на расстоянии 10 м. Двое маленьких ворот находятся по диагонали по сторонам от одного игрока. Игра заключается в передаче мяча по диагонали с приемом и обратной передачей товарищем от одних ворот к другим в пространстве треугольного вида. Засчитываются голы, забитые в двое ворот за определенное время.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • входит в ворота и выполняет передачу с первой попытки. • по воздуху внутренней стороной стопы. • головой. 	<p>Игра способствует из-за численного превосходства этапу владения мячом, отрыву от противника в свободном пространстве и улучшению наступательного этапа. И наоборот, исследуется улучшение знания защиты посредством закрытия пространства.</p>  <p><i>На игровом поле размером 35 x 20 м встречаются две команды, состоящие соответственно из 5 и 4 игроков (3 и 1 вратарь). Целью игры для команды, находящейся в численном превосходстве является проведение как можно большего количества голов, в то время как другая команда должна защищать и нападать на двое ворот. После определенного времени происходит смена фронта.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 5 последовательных передач перед тем, как забить гол. • верхний гол только для команды, находящейся в численном превосходстве. 	<p>Средняя линия служит ориентиром двум нападающим и защитникам, которые должны находиться на своем пространстве (половине поля), создавая игровые ситуации численного меньшинства и превосходства. На этапе защиты позволяет лучше управлять мячом с относительным выполнением по вертикали для нападающих.</p>  <p><i>Игра основывается на соревновании 6 против 6 с двумя нападающими, которые не могут выходить за среднюю линию. В этом случае создается численное преимущество на оборонительном этапе, и следовательно, большее передвижение двоих нападающих для приема мяча. Защитники могут приходить на помощь, останавливаясь на линии, поддерживая на наступательном этапе двоих нападающих.</i></p>	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕДАЧА И УДАР ПО ВОРОТАМ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 6 против 6 с боковыми покровителями 20' • По трое игра в стену 20' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • По трое с маленькими воротами 15' • 5 против 4 с вратарем и маленькими воротами 15' • 6 против 6 со средней линией 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Конусы • Кольшки <p>«Мудрец - это человек, который всегда находит хороший довод считать каждый день событием».</p>

ОПЕРАТИВНЫЕ (РАБОЧИЕ) КАРТОЧКИ

ВРАТАРИ КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ»



ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 1

КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Неделя</th> <th>Техничко-координационный фактор</th> <th>Тактико-познавательный фактор</th> <th>Коллективные игры и игровые ситуации</th> <th>Матчевые игры</th> <th>Физико-моторный фактор</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-я неделя</td> <td>65</td> <td>35</td> <td>20</td> <td>15</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>2-я неделя</td> <td>70</td> <td>30</td> <td>20</td> <td>10</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>3-я неделя</td> <td>65</td> <td>35</td> <td>20</td> <td>15</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>4-я неделя</td> <td>60</td> <td>40</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table>	Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор	1-я неделя	65	35	20	15	0	2-я неделя	70	30	20	10	0	3-я неделя	65	35	20	15	0	4-я неделя	60	40	20	20	0	МЕСЯЦ _____
Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор																											
1-я неделя	65	35	20	15	0																											
2-я неделя	70	30	20	10	0																											
3-я неделя	65	35	20	15	0																											
4-я неделя	60	40	20	20	0																											
<ul style="list-style-type: none"> Вратарь категории «малыши» улучшает координацию при выполнении взятия мячей по центральной траектории и поэтому они не выполняют бросков. Юный вратарь должен изучить также основную технику футболиста. Все предлагаемые мероприятия должны всегда отличаться игровым аспектом и динамической формой, что вызывает воодушевление в группе. 	<p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Перехватывать центральные низкие удары (нижние конечности напряжены и сведены назад, руки расслаблены и напряжены в ладонях, большие пальцы снаружи) Броски типа боулинга (по траве, не позволяя мячу отскакивать). ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Располагаться по биссектрисе угла, образованном продолжением стоек, и в соответствии с расположением мяча (вершина). ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: быстрота <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>																															

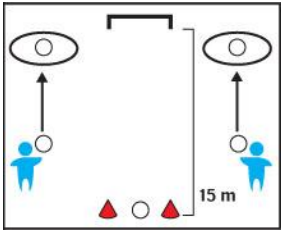
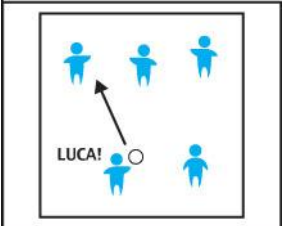
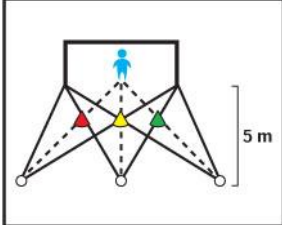
ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №1

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 1
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Пространственно-временная организация, зрительное и ручное чувство <ul style="list-style-type: none"> Перехвати мяч 20' Игра в боулинг 20' Свободная игра 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Точное расположение по отношению к мячу (биссектриса) <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Положи мяч на верное место 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Огромные ворота 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> быстрота <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч с огромными воротами 15' Игра в боулинг 20' Перехвати мяч 20' Положи мяч на верное место 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 20'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 90' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (различных цветов и разных размеров) Конусы Маркеры Мат Куртки Двусторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ударять ногами по мячу. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность прогнозирования. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность выносливости. 	



УРОК №1: ПОЛУЧИ МЯЧ НА ЗЕМЛЕ

Бросать руками типа боулинга	Перехвати мяч	Положи мяч на верное место	<u>МОДУЛЬ 1</u>
<p>Это упражнение–игра способствует улучшению способности броска руками вратарем.</p>  <p><i>Игра выполняется по парам, по сигналу необходимо попытаться попасть в мяч посредством броска руками. Мяч расположен в центре круга. Тот, кому удастся выбить его, имеет право на удар по воротам. Расстояние вратарей от мишени 6 – 8 м. Расстояние для удара по воротам 10 – 15 м.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • третий ученик играет роль судьи. • удар по воротам производится, не дожидаясь второго вратаря. • при ударе по воротам можно выполнить повтор, если вратарь совершил ошибку в отклонении. 	<p>Это упражнение позволяет ученикам завязывать отношения с остальными членами группы и способствует обучению некоторым основным движениям, таким как броски, принятие и т.д.</p>  <p><i>Внутри квадрата, размеры которого изменяются в зависимости от количества учеников, игрок, владеющий мячом, называет имя одного из товарищей и бросает ему низкий мяч. Принятие мяча должно быть выполнено быстро с захватом его на уровне живота.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • вводится несколько мячей. • до или после захвата выполнить переворот. • мяч передается, не называя товарища (визуальная избирательность). • штрафное очко тому, кто, поймав мяч, позволил ему упасть. 	<p>Этой игрой стимулируется способность определять верное положение по отношению к мячу (биссектриса).</p>  <p><i>Ученики должны установить три разноцветных конуса на биссектрисах, полученных от трех мячей, расположенных на 15/20 м, в как можно меньшее время.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • вратарь, после установки конусов, останавливает удары, выполняемые товарищами. • вратарь, правильно установивший конусы, в качестве премии получает один балл. • в соревновании побеждает тот, кто пропустил меньше голов. 	<p>Основная техническая цель: ПРИЕМ МЯЧА НА ЗЕМЛЕ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Матч с огромными воротами 15' • Игра в боулинг 20' • Перехвати мяч 20' • Положи мяч на верное место 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 20'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 90' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Мат • Куртки • Двусторонние ворота <p style="text-align: center;"><i>«Ты хороший тренер, если передаешь энтузиазм, радость, доверие и оптимизм»</i> SGS</p>

УРОК №2

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 1
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Захват мяча, пытаюсь поместить корпус «позади» или «под» его траекторией ● Гол под лентой 10' ● Схвати его раньше, чем он упадет 10' ● Матч по зову 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Поиск «лучшего места участия» <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Если его блокируешь, можешь ударить 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободный матч 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Забота об опорах при боковом движении ● Толчок вверх одной ногой ● Быстрота движений ● Прыжок через низкий барьер, как боком, так и при отрыве ноги 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч по зову 15' ● Прыжок через барьер 20' ● Гол под лентой 10' ● Схвати его раньше, чем он упадет 10' ● Если его блокируешь, можешь ударить 20' ● Свободный матч 15' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (различных цветов и разных размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Куртки ● Шесты и цветная лента
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передача мяча руками; ● ударять мяч ногами. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● время для вызова мяча; ● способность прогнозирования; ● способность отрыва от противника (занятие свободного пространства) 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● выносливость 	



УРОК №2: ВСЕГДА ПЕРЕМЕЩАЙ КОРПУС

Гол под лентой	Схвати его раньше, чем он упадет	Если его блокируешь, можешь ударить	<u>МОДУЛЬ 1</u>
<p>Упражнение предусматривает анализ траектории мяча таким образом, чтобы вратарь мог переместить корпус за нее.</p>  <p><i>Игра заключается в защите по очереди ворот 4 x 2 м, имеющих цветную ленту от одной стойки до другой на высоте 30 см. Другие вратари/нападающие производят низкий бросок мяча, пытаясь провести его под лентой в сетку с расстояния около 10 м. Одно очко за каждый забитый гол и одно очко за каждый остановленный без падения мяч, а именно при корпусе позади траектории мяча. Побеждает тот, кто наберет больше очков после выполнения всего оборота.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра может осуществляться по командам. • мяч можно бросать также ногами. • лента повыше. • кроме низкого броска можно выполнять бросок руками вверх типа боулинга. • расстояние до стрелков может быть уменьшено или увеличено, в зависимости от полученной реакции. 	<p>Эта игра стимулирует у ученика умение завладения мячом посредством последовательных движений, таких как, отрывание ноги, захват мяча, становясь под траекторией его полета, вытянутыми вверх и параллельно руками и соприкасающимися большими пальцами (положение капюшона). Другой целью является использование голоса для предупреждения о движении, которое готовится к выполнению.</p>  <p><i>Игра развивается на теннисном мини-поле с шестами, лентой и маркерами. По очереди один вратарь бросает вверх мяч на сторону противника (лента, прикрепленная на верхушках шестов), а вратарь противоположной стороны старается выполнить все вышеуказанные движения для захвата мяча. Побеждает тот, у кого будет меньше штрафных очков.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра может выполняться командами (поле больше). 	<p>Игра стимулирует у ученика умение захвата мяча поднятыми вверх руками, зов во время и правильный отрыв нижней конечности, в зависимости от направления мяча. Кроме того, стимулирует техническое движение удара для проведения гола.</p>  <p><i>Игра заключается в соревновании на мини-поле с двумя сокращенными воротами 4 x 2 м, установленными на расстоянии 15 м. Две команды пытаются по очереди блокировать высокий мяч, который им бросает тренер вратарей для того, чтобы они проводили удар по воротам, защищаемым вратарем противника. Если вратарь, которому тренер бросает высокий мяч, не сможет правильно завершить захват, упуская хотя бы одно из вышеописанных движений, то не сможет ударить по воротам противника, теряя, таким образом, возможность гола для своей команды. Побеждает та команда, которая забьет больше голов по завершении одинакового количества туров.</i></p>	<p>Основная техническая цель: ЗАХВАТ ВЫСОКОГО МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Матч по зову 15' • Прыжок через барьер 20' • Гол под лентой 10' • Схвати его раньше, чем он упадет 10' • Если его блокируешь, можешь ударить 20' • Свободный матч 15' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Куртки • Шесты и цветная лента <p style="text-align: center;"><i>«Какого игрока готовим? Гибкий игрок имеет хорошую способность к адаптации и умеет принимать на себя ответственность»</i></p> <p style="text-align: center;">SGS</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 2

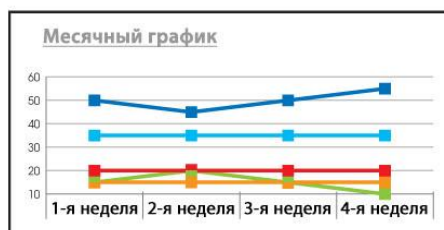
КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

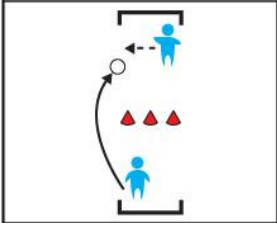
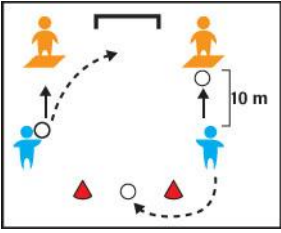
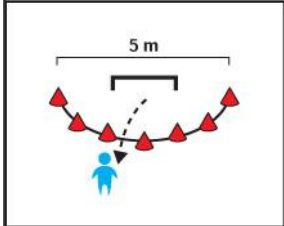
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> Вратарь категории «малыши» выполняет правильно отражение в воздухе, однако не точно и бессмысленно с точки зрения тактики. Техника «приема» мяча и последующей «передачи» представляет собой дидактический элемент, изучаемый достаточно рано. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Неделя</th> <th>Техничко-координационный фактор</th> <th>Тактико-познавательный фактор</th> <th>Коллективные игры и игровые ситуации</th> <th>Матчевые игры</th> <th>Физико-моторный фактор</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-я неделя</td> <td>50</td> <td>35</td> <td>20</td> <td>15</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>2-я неделя</td> <td>45</td> <td>35</td> <td>20</td> <td>15</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>3-я неделя</td> <td>50</td> <td>35</td> <td>20</td> <td>15</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>4-я неделя</td> <td>55</td> <td>35</td> <td>20</td> <td>15</td> <td>10</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор	1-я неделя	50	35	20	15	15	2-я неделя	45	35	20	15	20	3-я неделя	50	35	20	15	15	4-я неделя	55	35	20	15	10	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Перехватывать низкие удары с боковым перемещением (внутреннее колено, по отношению к воротам, согнуто на земле рядом с опорной ногой) Ударять кулаком одной или двумя руками в боковую зону Броски типа боулинга ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Располагаться по биссектрисе ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Быстрота циклического движения <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор																											
1-я неделя	50	35	20	15	15																											
2-я неделя	45	35	20	15	20																											
3-я неделя	50	35	20	15	15																											
4-я неделя	55	35	20	15	10																											
<p>ПРИМЕЧАНИЕ: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК №3

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 2
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Способность бросать мяч, зрительная и ручная координация <ul style="list-style-type: none"> Матч руками 10' (гол головой или в воздухе) Бросок в мишень в виде силуэта 20' Броски руками 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Размещаться вне линии ворот <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Останови за площадкой 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободный матч 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота <ul style="list-style-type: none"> Игра «часы» 15' <p><i>Игра-соревнование между двумя командами (А и В): в то время пока команда А совершает удары по воротам, защищаемым игроком команды В, другие игроки команды В выполняют серию ведения мяча по слалому (часы).</i></p> <p><i>По завершении, обмениваются ролями.</i></p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч руками 10' Игра «часы» 15' Броски руками 15' Бросок в мишень в виде силуэта человека 20' Останови за площадкой 15' Свободный матч 15' <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 20'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 90' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (различных цветов и разных размеров) Конусы Маркеры Мат Куртки Двусторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> перехватывать, ударять 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> отбивание мяча в боковую зону 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> выносливость 	

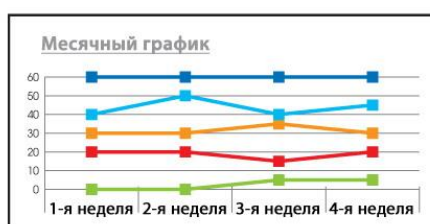
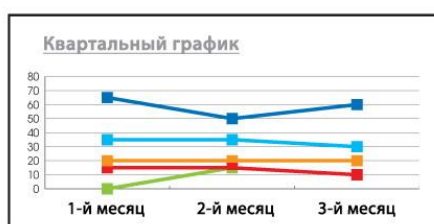


УРОК №3: ЛОВИ МЯЧ И ТОЧНО ЕГО БРОСАЙ

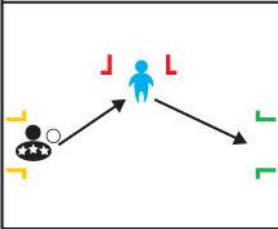
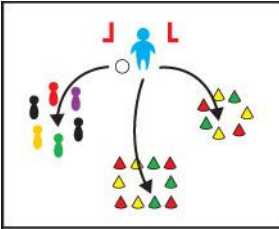
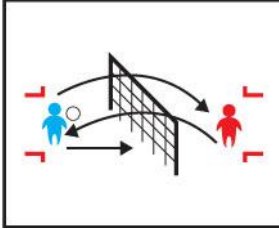
Броски руками	Бросок в мишень в виде силуэта человека	Останови за площадкой	<u>МОДУЛЬ 2</u>
<p>Способствует технической способности захвата низкого мяча, с коленом на земле, после бокового перемещения.</p>  <p><i>Игра выполняется парами в соревновании. Устанавливается ряд конусов в центре игрового поля длиной 10 – 15 м (расстояние между воротами). Вратарь должен бросать мяч по сторонам от конусов. За каждый гол назначается одно очко; в случае попадания в конусы при броске очко снимается.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • после броска и остановки мяча, тот, кто выполнял упражнение, может пробить по воротам, защищаемым третьим вратарем (расстояние между воротами 10 – 15 м). 	<p>Посредством этого вида упражнения стимулируется способность броска руками и техническое движение удара ногами (бросок), способствуя их улучшению.</p>  <p><i>Игра происходит по парам в виде соревнования. По сигналу вратари, каждый со своим мячом, выполняют низкий бросок в мишени (в нашем случае это силуэты), находящиеся на расстоянии около 10 м. Тот, кто первым попадет в мишень, имеет право на удар по воротам, другой останавливается. Засчитываются очки за каждую пораженную мишень и за каждый забитый гол.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • бросают высокие мячи. Тот, кто попадет в силуэт на лету, бьет два раза по воротам, вратари должны организовать мячи, бросаемые в мишени на исходной точке. 	<p>Этим упражнением стимулируется способность отражать мячи за линией ворот.</p>  <p><i>Перед воротами очерчивают полукруг диаметром 5 м. Вратарь должен отразить удары товарищей за этой площадкой.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • вводят больше мячей. • до или после захвата выполнить переворот. • мяч посылается, не называя товарища (зрительная избирательность) • штрафное очко тому, кто, приняв мяч, упустил его на землю. 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕХВАТИТЬ МЯЧ НЕ НА ЛЕТУ С ПЕРЕМЕЩЕНИЕМ ИЛИ БЕЗ НЕГО</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Матч руками 10´ • Игра «часы» 15´ • Броски руками 15´ • Бросок в мишень в виде силуэта человека 20´ • Останови за площадкой 15´ • Свободный матч 15´ <p>СВОБОДНАЯ ИГРА 20´</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 90´ Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Мат • Куртки • Двусторонние ворота <p style="text-align: right;"><i>«Есть много людей, которые говорят, что любят детей, однако, сколько таких, кто их слушает?» ЮНИСЕФ</i></p>

УРОК №4

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 2
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Возврат мяча руками и ногами, стараясь по возможности попасть в мишень Брось его в противоположные ворота 15' Попади в круг 15' Преодолей препятствие и забей гол 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Толкование игровой ситуации <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Бей в сетку 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Смешанный матч руки/ноги 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота движения Моторный маршрут со сменой направления 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Брось его в противоположные ворота 15' Моторный маршрут со сменой направления 15' Бей в сетку 20' Попади в круг 15' Преодолей препятствие и забей гол 10' Смешанный матч руки/ноги 15' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (различных цветов и разных размеров) Конусы Маркеры Куртки Двусторонние ворота Ворота с сокращенными размерами Шесты
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> захват мяча удар в движении 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> отрыв от противника вызов мяча 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> быстрота движения 	



УРОК №4: ПОПАДИ В МИШЕНЬ

Броски руками	Попади в круг	Преодолей препятствие и забей гол	<u>МОДУЛЬ 2</u>
<p>Способность реакции быстроты в захвате мяча и передачи его в противоположную сторону.</p>  <p><i>Упражнение состоит в приеме мяча от тренера и его бросании внутрь маленьких боковых ворот, расположенных на расстоянии 10 м. Каждый вратарь выполняет упражнение по очереди. Каждое попадание является очком. Побеждает тот, кто наберет больше очков по завершении всей очереди.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> командная игра. мяч бросается руками различным способом (низкий, из-за плеча и крутящий). маленькие боковые ворота узкие или помещены дальше (исследование точности). 	<p>Это упражнение стимулирует вратаря улучшать точность подачи ногами.</p>  <p><i>Игра состоит в выполнении удара ногой по мячу внутри ограниченных пространств, объявляя, куда удар должен быть направлен. Пространства можно выделить конусами, маркерами, разноцветными обручами или квадратами различных размеров, расположенными на различном расстоянии. Каждое пространство приносит различное количество очков (дальнее пространство - большее количество очков). Задачей вратаря является попадание мячом в выделенные пространства. Побеждает тот, кто наберет больше очков.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> выполнять различные удары (с земли, с отскоком, бросая в воздух руками). бить другой ногой. применять кулаки. используя различные мячи. приближать/удалять зоны. расширять/сокращать зоны. 	<p>Эта игра служит развитию умения возврата мяча в воздухе после подачи самому себе руками.</p>  <p><i>Игра происходит на большом мини-поле 30 x 30 м, в центре находятся двусторонние ворота. Соревнуются два вратаря, пытаясь по очереди забить мяч в ворота, защищаемые противником, выполняя удар мячом по воздуху, после передачи самому себе руками. Целью игры является преодоление в высоту ворот, поставленных в центре поля на расстоянии 15 м. Победит тот, кто наберет больше очков.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> командная игра. выполнять удар от подскока мяча. выполнять удар другой ногой. 	<p>Основная техническая цель: ВОЗВРАТ МЯЧА НОГАМИ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> Брось его в противоположные ворота 15' Моторный маршрут со сменой направления 15' Бей в сетку 20' Попади в круг 15' Преодолей препятствие и забей гол 10' Смешанный матч руки/ноги 15' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (различных цветов и разных размеров) Конусы Маркеры Куртки Двусторонние ворота Ворота с сокращенными размерами Шесты <p><i>«Спорт - это средство для воспитания и улучшения самого себя»</i> ЮНИСЕФ</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 3

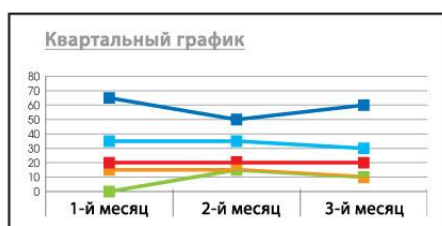
КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

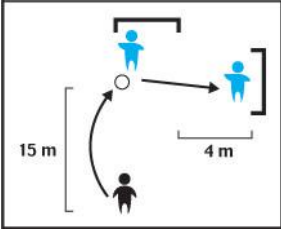
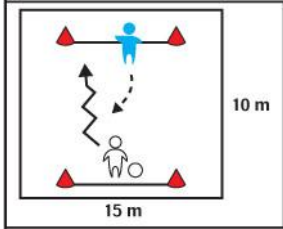
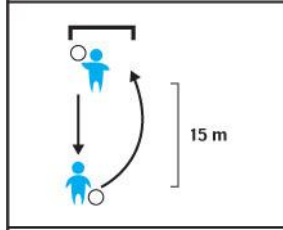
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> Вратарь категории «малыши» очень часто использует руки для смягчения броска на землю. Каждый урок должен предварительно обдумываться и планироваться в зависимости от поставленных задач и используемого материала. Это очевидно, исходя из способностей и проверочных испытаний учеников. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для Месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Неделя</th> <th>Техничко-координационный фактор</th> <th>Тактико-познавательный фактор</th> <th>Коллективные игры и игровые ситуации</th> <th>Матчевые игры</th> <th>Физико-моторный фактор</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-я</td> <td>60</td> <td>30</td> <td>20</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>2-я</td> <td>65</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>0</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>3-я</td> <td>60</td> <td>30</td> <td>20</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>4-я</td> <td>55</td> <td>40</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>5</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор	1-я	60	30	20	10	10	2-я	65	20	20	0	15	3-я	60	30	20	10	10	4-я	55	40	20	20	5	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Перехватывать центральные удары мячом, приподнятые над землей на уровень живота Направлять открытой рукой в боковые зоны без броска вперед Бросать руками типа боулинга, ногами в воздух ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Располагаться по биссектрисе ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Начальная акробатическая подготовка: потеря и приобретение заново равновесия (перевороты вперед и назад, различные перекачивания и т.д.) <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор																											
1-я	60	30	20	10	10																											
2-я	65	20	20	0	15																											
3-я	60	30	20	10	10																											
4-я	55	40	20	20	5																											
<p>ПРИМЕЧАНИЕ: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК №5

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 3
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Отражение открытыми руками и кулаком • Теннисный удар 15' • Вводный курс бокового броска 15' • Внимание отбиванию мяча 15' • Бросок «боулинг» 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Преодоление противника <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мяч на финишной линии 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свободный матч 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вводный курс переворота вперед • Вводный курс переворота 10' <p>Ряд вводных упражнений для переворота при наличии тренера</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Теннисный удар 15' • Вводный курс бокового броска 15' • Вводный курс переворота 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мяч на финишной линии 15' • Внимание отбиванию мяча 15' • Бросок «боулинг» 15' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 10'</p> <p>Количество режат: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Мат • Куртки • Двусторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • перехват 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • толкование обманных движений противника 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • способность статического и динамического равновесия 	

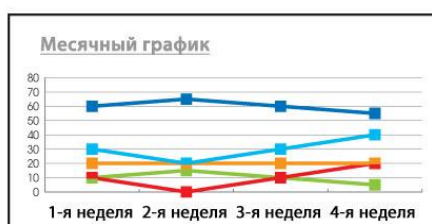
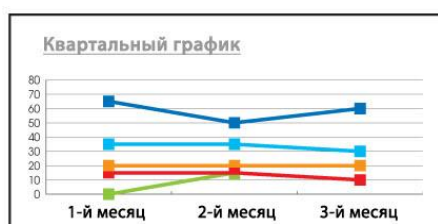


УРОК №5: БРОСАЙСЯ ВПЕРЕД И ОТБЕЙ МЯЧ

Внимание отбиванию мяча	Мяч на финишной линии	Бросок боулинг	<u>МОДУЛЬ 3</u>
<p>Этот вид упражнения способствует улучшению способности отбивания мяча руками в боковых зонах и стимулирует способность реакции.</p>  <p><i>Игра происходит с тремя учениками. Один вратарь стоит в центральных воротах, один нападающий бьет по мячу с расстояния около 10 – 15 м и еще один вратарь защищает ворота, расположенные на расстоянии 3 – 4 м, перпендикулярно стойке основных ворот. Выполняют отбивание мяча как тот, кто защищает основные ворота, так и вратарь второстепенных ворот.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • в игре принимают участие четверо игроков (трое ворот). • тот, кто останавливается в одних из второстепенных ворот, может выполнять удар вратарю, занявшему роль нападающего (расстояние 10 – 15 м). 	<p>Стимулируется передвижение и преодоление противника, ведущего мяч, кроме того, способствует обучению различному моторному поведению вратаря. В игре с несколькими игроками (например, 2 против 2) стимулируется сотрудничество с товарищами по команде (кроме того, уход от противника, передача и прием).</p>  <p><i>На ограниченной площадке 15 x 10 м соревнуются двое игроков. Задачей игры является ведение мяча за линию противоположных ворот. Действие заканчивается в момент, когда мяч захватывается вратарем противника.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • тот, кто достиг финиша, имеет право выполнить еще один удар по воротам. • очко тому, кто произведет удар мячом руками, 2 очка тому, кто его отразит. • командная игра (руками и ногами). 	<p>Этой игрой-упражнением улучшается способность броска руками и вбрасывания мяча ногами.</p>  <p><i>Вратарь производит низкий бросок мяча товарищу, который его хватает и бьет ногой в воздух из ворот на расстояние 10 – 15 м.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра с двумя воротами; тот, кто выполняет бросок, имеет право на очко в случае попадания в сетку. 	<p>Основная техническая цель: БОКОВОЙ БРОСОК</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Теннисный удар 15' • Вводный курс бокового броска 15' • Вводный курс переворота 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мяч на финишной линии 15' • Внимание отбиванию мяча 15' • Бросок «боулинг» 15' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 10'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Мат • Куртки • Двусторонние ворота <p><i>«На наших игровых полях сформировался характер нашего народа; так как тот, кто верно проявляет себя в игре с мячом, никогда не станет мячом сам» (английская поговорка)</i></p>

УРОК №6

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 3
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Отвести мяч, стараясь также направить его ● Отведи мяч в маленькие ворота 20' ● Внимание мячу в траектории 20' ● Забей мяч при отводе 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Стараться избегать отбивания мяча от нападающего <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч с голом при отводе мяча 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободный матч 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Подготовительный курс по акробатике: различные перевороты ● Моторный маршрут без присутствия тренера 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Отведи мяч в маленькие ворота 20' ● Моторный маршрут 10' ● Забей мяч при отводе 15' ● Матч с голом при отводе мяча 15' ● Внимание мячу в траектории 20' ● Свободный матч 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (различных цветов и разных размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Мат ● Куртки ● Ворота сокращенных размеров ● Нормальные ворота ● Шесты
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● бег и боковой бросок на маты; ● бег и бросок назад на маты; ● пространственно-временная оценка 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● поиск точки участия и биссектрисы 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота движений 	



УРОК №6: ТОЛКАЙ МЯЧ ТУДА, КУДА ХОЧЕШЬ ТЫ

Отведи мяч в маленьких воротах	Внимание мячу в траектории	Забей мяч при отводе	МОДУЛЬ 3
<p>Упражнение улучшает качество отвода мяча быстрых боковых ударов, которые нельзя блокировать. Чтобы не допустить возможных отскоков в сетку от нападающего.</p>  <p>Тренер стимулирует точными ударами отвод мячей вратаря в маленькие ворота шириной 2 м (состоящие из шестов), поставленные сбоку от двух стоек основных ворот. Каждый мяч, отведенный в мишень, это очко. Побеждает тот, кто наберет больше очков.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • командой. • стрелком может быть игрок команды противника. • бить ногами. • низкий удар, с отскоком, на средней высоте. • развитие упражнения также к другой стойке. • производить удары с других не центральных позиций. 	<p>Способствует обучению бегу назад, наблюдая за мячом, пространственно-временной оценке, падению с легким перекатом назад и отводу за поперечину с правильным положением отводящей руки.</p>  <p>Из центрального положения, начиная с границы небольшой площадки, ученик старается отразить за поперечину мяч, бросаемый тренером, по траектории. Вратарь, при возможном падении назад, приземлится на маты, расположенные внутри ворот. Каждый выполненный отвод - это одно очко.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • развивать упражнение с командами, где вратарь противника будет бросать мяч по траектории, чтобы забить гол. Побеждает тот, кто забьет больше мячей. • тренер назначает штраф тому, кто неправильно выполняет вышеуказанные движения. 	<p>Стимулируется сила и прочность отвода для того, чтобы как можно дальше отбить мяч в сторону.</p>  <p>По сторонам от центральных ворот помещаются двое ворот (4 x 2 м) на расстоянии нескольких метров, которые защищают вратари. Вратарь центральных ворот должен отвести в стороны удары тренера, которые тот направляет на него, стараясь забить мяч в сетку другому вратарю. Отводы должны совершаться открытой и твердой рукой, для улучшения правильного положения и приложения верной силы. Падение набок выполняется на маты. Побеждает тот, кто забьет больше голов.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • удары тренера могут меняться (на средней высоте, с отскоком, высокие). • игра может проходить с командами (тот, кто атакует, становится в центральные ворота и выполняет отводы). • отводы также выполняются в сторону другой стойки. 	<p>Основная техническая цель: ОТВОДЫ МЯЧА БОКОВЫХ УДАРОВ И ПО ТРАЕКТОРИИ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Отведи мяч в маленькие ворота 20' • Моторный маршрут 10' • Забей мяч при отводе 15' • Матч с голом при отводе мяча 15' • Внимание мячу в траектории 20' • Свободный матч 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Мат • Куртки • Ворота сокращенных размеров • Нормальные ворота • Шесты <p style="text-align: center;">«Жизнь - это динамический процесс. Каждый с удовольствием принял бы приглашение быть активной его частью» Л. Бускалья.</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 4

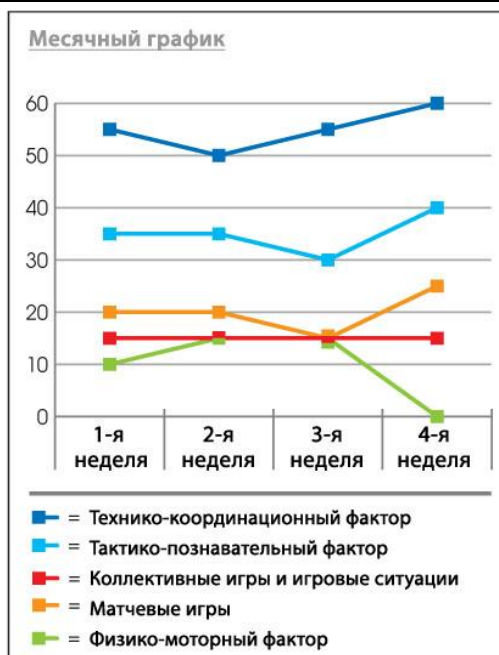
КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Вратарь категории «малыши» при высоких выходах еще имеет проблемы по перехвату мяча, как при оценке траектории (нервно-моторная проблема), так и из-за морфологической проблемы (рука слишком маленькая по отношению к окружности мяча) и из-за координационной проблемы (руки не выравниваются в момент контакта с мячом).

- Даже если количество учеников велико, необходимо избегать того, чтобы во время тренировки образовывались слишком длинные шеренги.



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Перехватывать удары мячом от земли, с боковым перемещением и захватом на животе
Перехватывать низкие удары броском в сторону
Направлять открытой рукой и кулаком в боковые зоны с броском
Бросать руками типа боулинга, ногами в воздух и от отскока.

- ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Располагаться по биссектрисе

- ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
Начальная акробатическая подготовка: потеря и приобретение заново равновесия (перевороты вперед и назад, различные перекачивания и т.д.)

№ УРОКА: _____

№ НЕДЕЛИ: _____

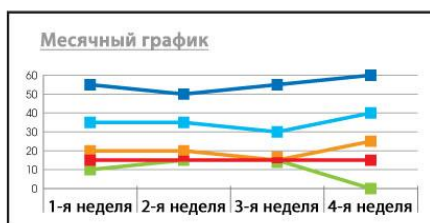
№

СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

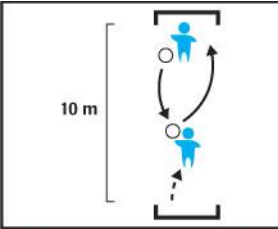
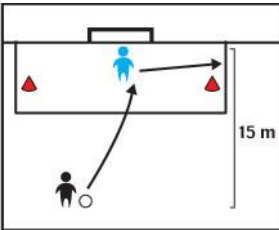
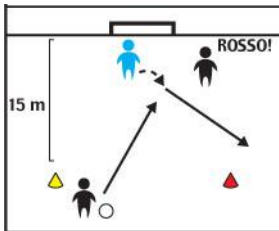
ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №7

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 4
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Направлять кулаком <ul style="list-style-type: none"> ● Трафик парами 15' ● Бросай и забей гол кулаком 15' ● Направь мяч кулаком в сторону 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Периферическое зрение <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бросай мяч по цвету 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободный матч 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Подвижность суставов <ul style="list-style-type: none"> ● Упражнения на подвижность суставов с мячом 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Трафик парами 15' ● Упражнения на подвижность суставов с мячом 10' ● Бросай и забей гол кулаком 15' ● Направь мяч кулаком в сторону 15' ● Бросай мяч по цвету 15' СВОБОДНЫЙ МАТЧ 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (различных цветов и разных размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Мат ● Куртки ● Двусторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● перехватывать 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность реакции 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● начальная акробатика 	

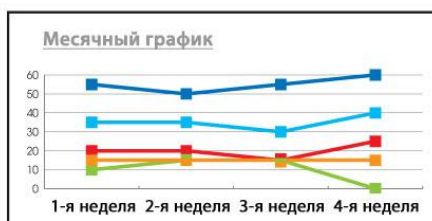


УРОК №7: БРОСЬ МЯЧ И ОТБЕЙ, ЧТОБЫ ЗАБИТЬ ГОЛ

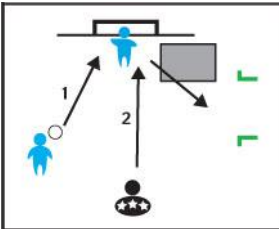
Брось и забей гол кулаком	Направь мяч кулаком в сторону	Бросай мяч по цвету	<u>МОДУЛЬ 4</u>
<p>Эта игра способствует улучшению способности отражения мяча кулаками.</p>  <p>Упражнение выполняется в паре. Двое ворот расположены на расстоянии 10 м одни от других. Один вратарь бросает мяч, второй пытается забить гол, направляя мяч кулаком/кулаками.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • если тот, кто принимает мяч, его зафиксирует после отражения кулаком, то он имеет право на дополнительный удар по воротам. • можно направить его головой или ногами в воздух. 	<p>Этим видом упражнения улучшается способность направлять мяч в мало опасные зоны.</p>  <p>Игра заключается в соревновании между вратарями: с расстояния около 10 – 15 м выполняется удар по воротам. Вратарь должен отразить мяч в боковые зоны, между конусом и линией ворот, в случае успеха он получает один балл.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • если вратарь отражает мяч в центр, то тот, кто выполняет роль нападающего, может отбить его в ворота. • игра по очкам: мяч на угловой стоит 2 очка, в сторону - 1 очко. 	<p>Это упражнение стимулирует толкование ситуации, развивает способность принимать решения, а также способствует улучшению способности прогнозирования и реагирования на визуальные стимулы.</p>  <p>Игра втроем. Один из игроков выполняет передачу назад ногами на 10 – 15 м. Вратарь, принимающий мяч, должен направить его руками или ногами к конусу другого цвета, чем тот, который называет третий игрок. Расстояние от конусов до ворот - 15 м.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • при броске вратаря, тот, кто выполняет обратную передачу, может ударить в сетку. • двое учеников, стоящих около конусов, защищают также и ворота и должны не допустить гола соответствующей техникой. • вратари, находящиеся около конусов, должны играть только ногами. 	<p>Основная техническая цель: БРОСКИ РУКАМИ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Трафик парами 15' • Упражнения на подвижность суставов с мячом 10' • Бросай и забей гол кулаком 15' • Направь мяч кулаком в сторону 15' • Бросай мяч по цвету 15' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 20'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Мат • Куртки • Двусторонние ворота <p>«Очень трудно судить об одних и других; если тебя оценят хорошо, это признак, что ты мудрец.»</p> <p>А. Де Сент-Экзюпери</p>

УРОК №8

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 4
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Отражение мяча вдалеке от ворот ● Прыгни, отбей и забей гол 15' ● Остановка ногой 15' ● Противодействовать корпусом 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Отбить мяч в неопасную зону <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Простой маршрут 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч с голом двумя кулаками в броске 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Подвижность верхних конечностей ● Небольшое перебрасывание мячей весом 1 кг 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Прыгни, отбей и забей гол 15' ● Небольшое перебрасывание мячей весом 1 кг 10' ● Остановка ногой 15' ● Противодействовать корпусом 20' ● Простой маршрут 15' ● Матч с голом двумя кулаками в броске 15' <p>Количество ребят:</p> <p>Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (различных цветов и разных размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Мат ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Шесты ● Цветная лента ● Низкие барьеры
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● бросок на маты ● пространственно-временная оценка 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● периферическое зрение 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● общая реакция 	



УРОК №8: ОТДАЛИ ОПАСНОСТЬ

Остановка ногой	Противодействовать корпусом	Простой маршрут	<u>МОДУЛЬ 4</u>
<p>Аналитическая подготовка отвода ногами и исследование быстроты реакции.</p>  <p><i>В воротах ограниченных размеров с лентой, протянутой от одной стойки до другой на высоте 30 см., вратарь должен попытаться отклонить только нижней частью ноги (от колена и ниже) и стопой низкие мячи, бросаемые руками противника. Гол засчитывается, если проходит под лентой. И наоборот, штрафные очки, если вратарь использует другие части тела. Побеждает тот, кому меньше всего забили мячей.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● удары можно выполнять ногами. ● ворота можно расширить. ● противники могут приближаться. 	<p>Упражнение стимулирует у юных вратарей противодействие ближнему удару без использования рук. Эта ситуация развивает у ребят уверенность и решимость при контакте с мячом.</p>  <p><i>Упражнение предусматривает отводы мяча другими частями тела и ног при использовании ворот ограниченных размеров 4 x 2 м. Лента крепится на высоте 50 см., противник находится перед воротами и недалеко от них. Вратарь не может применять руки, в противном случае он получит штрафной удар. Побеждает тот, кто пропустит меньше мячей.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● удар выполняется по воздуху или при отскоке. ● присуждение очков тому, кто отразит удар головой. ● присуждение очков тому, кто отразит удар дальше. 	<p>Этой простой комбинацией двух или трех технических движений обуславливается умение вратаря не считать никогда законченным действие, которое может вызвать новое вмешательство.</p>  <p><i>Вратарь ногой отводит низкий мяч, брошенный товарищем, чтобы затем отразить другой кулаком в броске на маты; последний мяч может быть брошен тренером во вратаря, который должен направить его в другие боковые ворота. Побеждает тот, кто больше мячей пошлет в боковые ворота.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● маршрут из двух пунктов для выполнения отражения с противоположной стороны. ● включение другого технического движения, координационного или начального акробатического (например, переворот между двумя отражениями). ● ворота, в которые мяч забивают кулаком, могут быть отодвинуты дальше. 	<p>Основная техническая цель: ОТРАЖЕНИЕ КУЛАКОМ ДАЛЕКО ОТ ВОРОТ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Прыгни, отбей и забей гол 15' ● Небольшое перебрасывание мячей весом 1 кг 10' ● Остановка ногой 15' ● Противодействовать корпусом 20' ● Простой маршрут 15' ● Матч с голом двумя кулаками в броске 15' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (различных цветов и разных размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Мат ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Шесты ● Низкие барьеры ● Цветная лента <p style="text-align: center;"><i>«Мы действительно являемся открытыми или уважаемыми только, когда помогаем другим» Л. Бускалья</i></p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 5

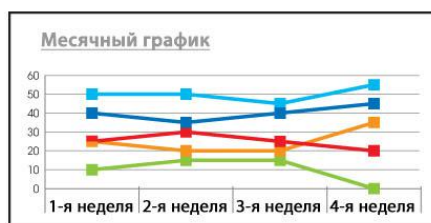
КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

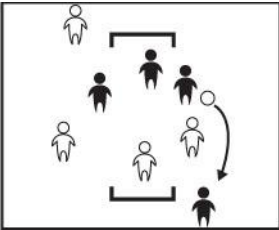
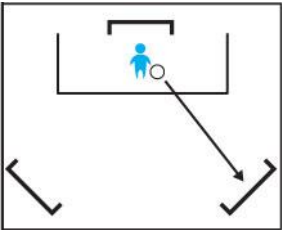
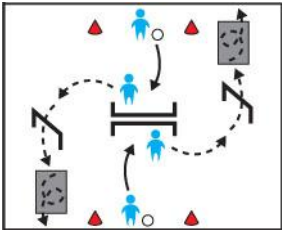
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Вратарь категории «малыши» еще не усовершенствовал моторную схему броска на мяч. ● Специально для самых маленьких необходимо предпочесть тренировку, в которой всегда бы присутствовал мяч. 	<p><u>Месячный график</u></p> <table border="1" style="margin: 10px auto; border-collapse: collapse; font-size: small;"> <caption>Данные для месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Фактор</th> <th>1-я неделя</th> <th>2-я неделя</th> <th>3-я неделя</th> <th>4-я неделя</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Техничко-координационный фактор</td> <td>40</td> <td>35</td> <td>40</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>Тактико-познавательный фактор</td> <td>50</td> <td>50</td> <td>45</td> <td>55</td> </tr> <tr> <td>Коллективные игры и игровые ситуации</td> <td>25</td> <td>30</td> <td>25</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>Матчевые игры</td> <td>25</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>35</td> </tr> <tr> <td>Физико-моторный фактор</td> <td>10</td> <td>15</td> <td>15</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Техничко-координационный фактор	40	35	40	45	Тактико-познавательный фактор	50	50	45	55	Коллективные игры и игровые ситуации	25	30	25	20	Матчевые игры	25	20	20	35	Физико-моторный фактор	10	15	15	0	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p style="text-align: center;">ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Захват высокого мяча; ладони большими пальцами внутрь, без отталкивания. Захват мяча после низких ударов с броском Направлять открытой рукой или кулаком в боковые зоны с броском Бросать руками вверх, типа баскетбол, ногами вбрасывание от задней в боковые зоны. ● ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Располагаться для штрафного удара в зависимости от стенки. ● ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Начальная акробатическая подготовка: технические упражнения в сочетании с действиями переворота, перекачивания и т.д.. <p>№ УРОКА: _____</p> <p>№ НЕДЕЛИ: _____</p> <p>№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя																												
Техничко-координационный фактор	40	35	40	45																												
Тактико-познавательный фактор	50	50	45	55																												
Коллективные игры и игровые ситуации	25	30	25	20																												
Матчевые игры	25	20	20	35																												
Физико-моторный фактор	10	15	15	0																												
<p>ПРИМЕЧАНИЕ: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК №9

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 5
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Вводный курс в бросок (нырок). ● Вбрасывание ногами ● Деятельность развития чувства мяча 10' ● Введение в бросок – броски с различных положений 10' ● Вбрасывание ногами 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Преодоление противника с численным превосходством <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Освободи пленного 25' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободный матч 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Начало акробатики ● Маршрут с начальными элементами акробатики с ударом по воротам 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Освободи пленного 25' ● Деятельность по развитию чувства мяча 10' ● Введение в бросок 10' ● Маршрут с начальными элементами акробатики 10' ● Вбрасывание ногами 15' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 20'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (различных цветов и разных размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Мат ● Куртки ● Двусторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● бросать руками 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность внимания 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● выносливость 	



УРОК №9: ВБРАСЫВАЙ НОГАМИ

Освободи пленника	Вбрасывание ногами	Маршрут с начальными элементами акробатики	<u>МОДУЛЬ 5</u>
<p>Посредством этой игры стимулируется сотрудничество между товарищами команды и, кроме того, существует возможность попробовать другие роли в игре. Игра, выполняемая руками, способствует развитию способности броска мяча и перехвата высокого мяча.</p>  <p><i>Игра проходит как обычный матч (руками или ногами) с одной особенностью: перед тем как забить гол, необходимо освободить товарищей, находящихся позади ворот противника.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • товарищи находятся на двух линиях сбоку от штрафной площадки. • игра проходит с помощью рук (типа ручного мяча). 	<p>Это упражнение стимулирует вбрасывание ногами в тактическом ключе.</p>  <p><i>На ¼ от середины поля в боковых зонах устанавливаются двое ворот. От линии ворот вратарь должен направить мяч в один из двух ворот.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • ворота защищаются вратарем, который выбирает маленькие ворота, перед тем как сделать вбрасывание. • ворота защищаются атакующими вратарями. • вратари должны перехватить мяч, не применяя рук. 	<p>Это упражнение способствует тренировке акробатических способностей вратарей.</p>  <p><i>Моторный маршрут, организованный вокруг двусторонних ворот, с барьерами и матами для выполнения упражнений по перекатыванию, прыжкам, переворотам и т.д. Маршрут начинается и завершается ударом по воротам, защищаемым вратарем. Смена ролей выполняется против часовой стрелки.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • маршрут с элементами акробатики выполняется в различных режимах движения (например, ползки, на четвереньках, на одной ноге и т.д.). 	<p>Основная техническая цель: ВБРАСЫВАНИЕ НОГАМИ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Освободи пленного 25' • Деятельность по развитию чувства мяча 10' • Введение в бросок 10' • Маршрут с начальными элементами акробатики 10' • Вбрасывание ногами 15' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 20'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Мат • Куртки • Двусторонние ворота <p style="text-align: center;">«Учить и учиться - это долгий путь, который не имеет конца»</p>

УРОК №10

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 5
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Выход навстречу противнику с мячом. Возьми его перед тем, как делать перебрасывания 10' Обязательный выход 15' Двое против одного на границе площадки 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Закрытие створа ворот <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Завоем штрафные 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч с закрепленным противником 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Двухрукий отрыв Технико-моторный маршрут с перекачиваниями 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Возьми его перед тем, как делать перебрасывания 10' Технико-моторный маршрут с перекачиваниями 10' Обязательный выход 15' Завоем штрафные 20' Двое против одного на границе площадки 15' Матч с закрепленным противником 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (различных цветов и разных размеров) Конусы Маркеры Куртки Двусторонние ворота Мат
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> пространственно-временной расчет дриблинг 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> момент участия периферическое зрение 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> общая выносливость 	



УРОК №10: СОКРАТИ ВИДИМОСТЬ

Двое против одного на границе площадки	Завоюй пенальти	Обязательный выход	МОДУЛЬ 5
<p>Этим упражнением улучшается способность вмешательства в случае ситуации численного меньшинства и в ситуации, когда затруднительно выйти навстречу игроку с мячом.</p>  <p>Двое вратарей (нападающих) пытаются преодолеть одного вратаря (защитника), который может вмешиваться только за пределами площадки. Задачей вратарей (нападающих) является провести мяч до конца площадки и войти (только один нападающий) на площадку для встречи с вратарем, попытавшись забить гол. По очереди вратари становятся в ворота с тем же количеством игроков, побеждает тот, кто пропустит меньше голов.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра также может проходить по времени. • игроки могут передавать мяч руками и опускать его на землю, только когда один из них войдет на площадку. 	<p>Игра стимулирует вратаря рассчитывать время выхода и вмешательства в действия противника, бросающего мяч в ворота. Эта ситуация развивает у учеников уверенность и решимость в возможном физическом контакте.</p>  <p>На мини-поле с двумя маленькими воротами один вратарь пытается преодолеть, обязательно с дриблингом, вратаря противника (возможно, его же возраста) для того, чтобы забить гол. Защищающийся вратарь должен захватить мяч руками между ног нападающего для того, чтобы завоевать мяч для выполнения пенальти. Побеждает тот, кто наберет больше очков.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра между командами. • пенальти, если защищающийся вратарь совершит ошибку. • очки тому, кто завоюет право на пенальти. 	<p>Этим упражнением/игрой стимулируется высокий выход на противника, развитие уверенности, решимости и оценки отношения пространство/время.</p>  <p>Упражнение проходит в пределах небольшой площадки и предусматривает ряд близких передач руками за одну минуту с вратарем, защищающим ворота. Вратарь должен попытаться перехватить высокий мяч, который противники передают один другому с намерением забить голов как можно больше в течение определенного времени. Вратарю запрещено заходить за зону в 1 м от линии ворот, туда он имеет доступ только, если совершает бросок назад. Задачей вратаря является отражение или захват высокого мяча. По завершении всей игры по очереди, побеждает тот, кто пропустил меньше голов.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра может проходить командами. • назначение очков. 	<p>Основная техническая цель: ВЫХОД НАВСТРЕЧУ ПРОТИВНИКУ С МЯЧОМ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Возьми его перед тем, как делать перекачивания 10' • Техничко-моторный маршрут с перекачиваниями 10' • Обязательный выход 15' • Завоюй пенальти 20' • Двое против одного на границе площадки 15' • Матч с закрепленным противником 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Куртки • Двусторонние ворота • Мат <p style="text-align: center;">«Единственным твоим долгом в твоём существовании является быть верным самому себе» Р.Бах</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 6

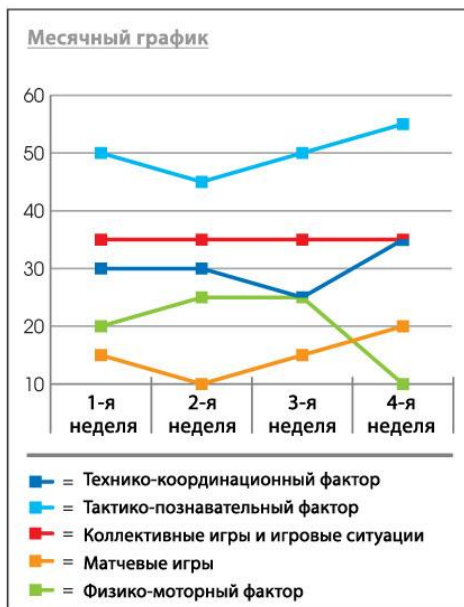
КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Вратарь категории «малыши» при добровольной обратной передаче показывает большую уверенность в контроле мяча, однако возврат мяча в игру не является его ключевым тактическим движением, наоборот, он пытается избавиться от мяча как можно скорее.

- Необходимо проводить физическую работу, снижая интенсивность упражнений и предлагая, поэтому, работу с природными нагрузками. Посему игра должна характеризоваться дидактической «средой».



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**

Захват высокого мяча, ладони большими пальцами внутрь, с отталкиванием.

Захват низких ударов с боковым броском

Направлять открытой рукой и кулаком в боковые зоны с броском

Бросать руками вверх, типа баскетбол, ногами после обратной передачи товарища.

- ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**

Располагаться для углового удара.

- ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**

Психомоторные и начальные акробатические умения.

№ УРОКА: _____

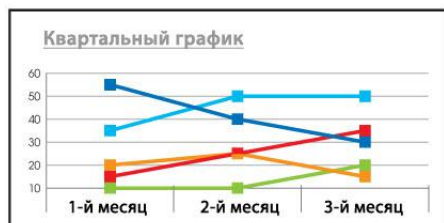
№ НЕДЕЛИ: _____

№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

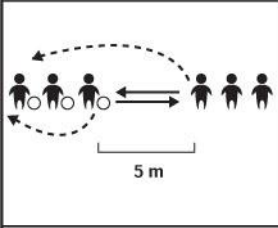
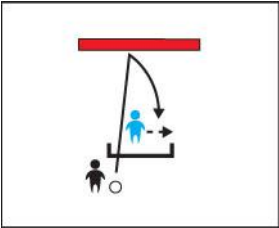
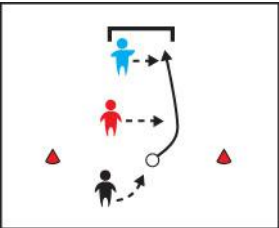
ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №11

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 6
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Направлять ногами. <p>• Переплетение 10' • Игра в «пристенок» 15'</p> <p>Примечание: _____ Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Положение занимаемого места <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Освободи пленника 10' • Таможенник 15' • 2 против 1 с вратарем 10' (защитник в штрафной зоне) <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свободный матч 15' <p>Примечание: _____ Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Начальная акробатика • Подвижность суставов • Упражнения на координацию с мячом 10' <p>упражнения на координацию зрительную /ручную, предлагаемые тренером</p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнения на подвижность суставов с мячом 5' <p>Примечание: _____ Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Освободи пленника 10' • Упражнения на координацию с мячом 10' • Упражнения на подвижность суставов с мячом 5' • Дай и следуй 10' • Игра в «пристенок» 15' • Таможенник 15' • 2 против 1 с вратарем 10' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 15'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 90' Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Мат • Куртки • Двусторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • прием мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • реакция на помеху при действии 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • задание темпа движению 	

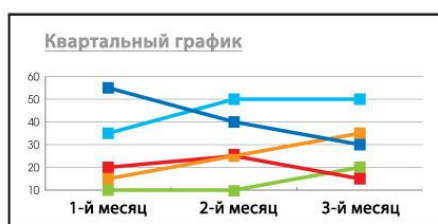


УРОК №11: ВНИМАНИЕ ОТРАЖЕНИЮ

Дай и следуй	Игра в «пристенок»	Таможенник	МОДУЛЬ 6
<p>Посредством этого упражнения стимулируется улучшение контроля мяча ногами и лучшее понимание сотрудничества со своими товарищами.</p>  <p>Ученики располагаются в две шеренги и выполняют ряд передач товарищу, находящемуся напротив. После выполнения передачи ученик продолжает бег. Расстояние между шеренгами около 5 – 6 метров.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • передачи могут выполняться различными способами броска. • игроки располагаются крест накрест (4 шеренги), пытаясь избежать контакта мячей друг с другом. 	<p>Этой игрой стимулируется развитие способности реакции и перехвата мяча.</p>  <p>Игра выполняется парами. Один ученик становится перед стенкой, доской или другим подобным предметом, и защищает ворота. Второй игрок неожиданно бьет в стенку, пытаясь забить гол. Побеждает тот, кто забьет больше мячей.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра втроем, с двумя бьющими, которые выполняют удары по очереди. • мяч бросается руками. 	<p>Предлагаемая стимуляция игры улучшает положение, трактовку игры и вид выполняемого вмешательства.</p>  <p>Упражнение с тремя учениками: один нападающий, один вратарь и один игрок (противодействие), выполняющий роль источника помех и находящийся на линии или внутри площадки. Нападающий стартует с мячом, пытаясь преодолеть «таможенника» и забить гол.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • источник помех может отбивать мяч вратарю. • после перехвата мяча можно выполнить ввод в игру вратаря, исполнявшего роль нападающего, и защищать ворота, расстояние между воротами 10 – 15 м. 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕХВАТЫВАТЬ С БОКОВЫМ БРОСКОМ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Освободи пленника 10' • Упражнения на координацию с мячом 10' • Упражнения на подвижность суставов с мячом 5' • Дай и следуй 10' • Игра в «пристенок» 15' • Таможенник 15' • 2 против 1 с вратарем 10' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 15'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Мат • Куртки • Двусторонние ворота <p style="text-align: center;"><i>«Деятельность, характеризующая самый юный возрастной этап, должна развиваться, воодушевляясь в основном игрой»</i> SGS</p>

УРОК №12

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 6
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бросок на землю с полетом в воздухе. <p>● Первый контакт 10'</p> <p>● Полет на мат 10'</p> <p>● Поиск мяча после перекатывания 5'</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Поиск точки равновесия <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч регби до финишной линии 25' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч с голом головой в прыжке 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Потеря равновесия и рывок в сторону <ul style="list-style-type: none"> ● Падения в сторону, вперед и назад на маты 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Падения на маты 20' ● Первый контакт 10' ● Полет на мат 10' ● Поиск мяча после перекатывания 5' ● Матч с голом головой в прыжке 20' ● Матч регби до финишной линии 25' <p>Количество ребят:</p> <p>Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (различных цветов и разных размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Мат ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Цветная лента
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● выполнять действие броска, всегда слегка опережая 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● поиск биссектрисы 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● общие начальные элементы акробатики 	



УРОК №12: ДЕЛАЙ БРОСОК БЕЗ СТРАХА

Первый контракт	Полет на мат	Матч регби до финишной линии	<u>МОДУЛЬ 6</u>
<p>Эта игра способствует развитию умения остановки мяча в броске с постепенным контактом с землей.</p>  <p>Один вратарь защищает сидя маленькие ворота шириной 3 м, с цветной лентой, натянутой от одной стойки до другой на высоте 30 см. Другие игроки имеют цель забить гол, выполняя низкие броски под ленту. Побеждает тот, кто пропустит меньше голов по завершении игры по очереди.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● вратарь на коленях. ● стартовать на ногах со слегка согнутыми коленями. ● противники могут наносить удары ногами. 	<p>Тренировка отрыва от земли и отвода высокого мяча, падая на низкий мат. Также внушает уверенность и мотивацию технического движения, при обучении которому трудно выполнить показ.</p>  <p>Вратарь находится в положении стоя в воротах с лентой, натянутой на высоте полтора метра, под которой находится мат. Тренер бросает мяч во вратаря и оценивает силу и высоту удара. Побеждает тот, кому забьют меньше голов.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● поднять ленту и удар, чтобы обязать вратаря отклонять мяч противоположной рукой. ● присуждать одно очко за правильное падение в сторону на мат. ● присуждать одно очко за правильное положение руки, отклоняющей мяч. 	<p>Упражнение, стимулирующее защиту мяча, уверенность при физическом контакте, уход от противника, точность передачи и контакт с землей.</p>  <p>На поле без ворот, но с финишными линиями, встречаются две команды вратарей, которые могут пересечь финишную линию только в броске. Мяч может быть послан вперед, но его нельзя удерживать на этапе владения более, чем на три шага; команда противника может завладеть мячом, перехватив передачу.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● команда в численном меньшинстве. ● передача выполняется кулаком. 	<p>Основная техническая цель: БРОСОК КАК НА ЗЕМЛЮ, ТАК И В ВОЗДУХЕ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Падения на маты 20' ● Первый контакт 10' ● Полет на мат 10' ● Поиск мяча после перекачивания 5' ● Матч с голом головой в прыжке 20' ● Матч регби до финишной линии 25' <p>Количество рывков: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (различных цветов и разных размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Мат ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Цветная лента <p style="text-align: center;"><i>«Мудрость - это поэзия, поющая разуму» К. Жибран</i></p>

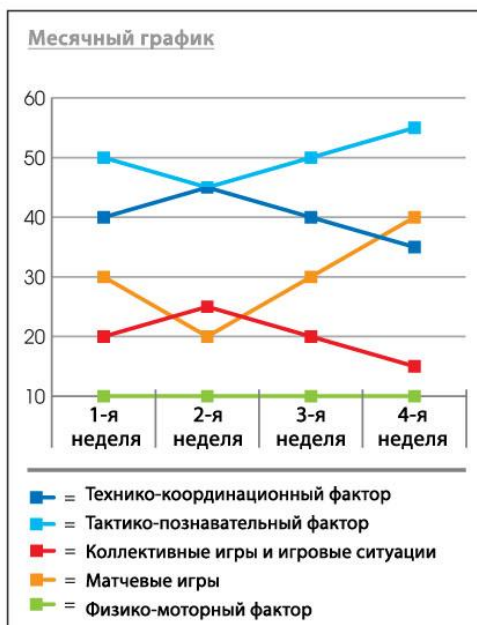
ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 7

КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Вратарь категории «малыши» предпочитает делать вбрасывание мяча ногами, а не руками.
- На уроках большая часть упражнений должна быть направлена на стимулирование развития общих координационных способностей и особых способностей футбольного вратаря.



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- **ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Перехватывать: захват низких ударов с боковым броском при пространственном давлении
Направлять: открытой рукой или кулаком в боковую зону с броском
Бросать: типа балансира. Ногами при обратной передаче при пространственном давлении.
- **ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Располагаться для штрафного удара.
- **ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
Психомоторное умение и быстрота.

№ УРОКА: _____

№ НЕДЕЛИ: _____

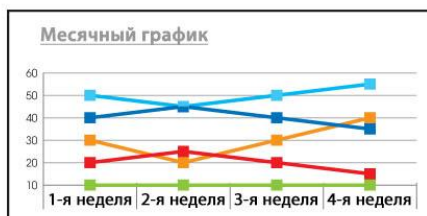
№

СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

ПРИМЕЧАНИЕ: _____

УРОК №13

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 7</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Направлять ногами. ● Восстанавливаться после потери равновесия ● Вводная подготовка для броска, по парам 15' ● Удар в угол – игра-соревнование 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Называть мяч на этапе «выхода» <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Выход на разноцветные мячи 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч с финишной линией 10' ● Свободный матч 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота ● Перехвати мяч 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч с финишной линией 10' ● Выход на разноцветные мячи 20' ● Вводная подготовка для броска, по парам 15' ● Перехвати мяч 10' ● Удар в угол – игра-соревнование 20' СВОБОДНЫЙ МАТЧ 15' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (различных цветов и разных размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Мат ● Куртки ● Двусторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● различные виды захвата 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность внимания 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● реакция 	

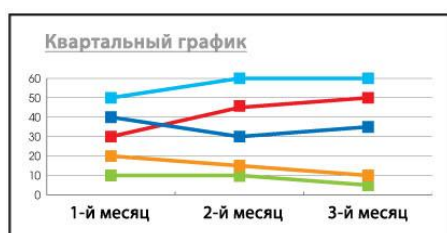


УРОК №13: ... В БРОСКЕ... «В УГОЛОК»

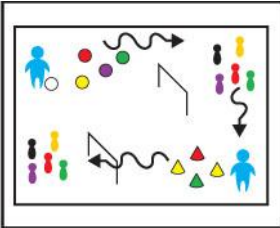
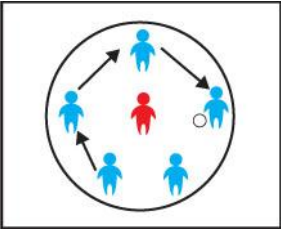
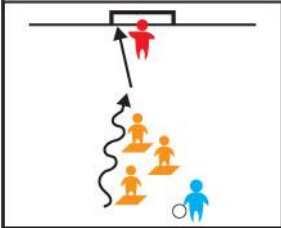
Выход на разноцветные мячи	Перехвати мяч	Удар в угол – игра-соревнование	<u>МОДУЛЬ 7</u>
<p>Посредством этого упражнения стимулируются способности внимания и периферическое зрение через способность различать менее важные элементы.</p>  <p>rosso! = красный!</p> <p>Тренер имеет в своем распоряжении разноцветные мячи, которые бросает вверх к воротам. Вратарь перед тем, как перехватить мяч, должен громким голосом назвать цвет мяча. Расстояние от бросающего до ворот около 8 – 10 м.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • начало игры: вратарь стоит спиной к тренеру. • начало игры: вратарь сидит спиной к тренеру. • начало игры: вратарь лежит спиной к тренеру. • мяч бросается, так, чтобы получился отскок от земли. 	<p>Стимулируется способность реакции при развитии быстроты движения и технических аспектов, связанных с игрой.</p>  <p>Игра начинается с 15 м перед воротами. Тренер бросает мяч в направлении ворот, вратарь бежит; после того, как обойдет один из конусов, стоящих перед ним, и попытается перехватить мяч перед тем, как он влетит в ворота. Конусы расположены на 5 – 6 м в стороне от центра поля и ворот.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • на старте вратарь выполняет переворот. • вратари сами перебрасываются мячами. • мяч бросается по траектории. • один вратарь стартует от ворот, преодолевает маршрут и пытается перехватить мяч раньше, чем его товарищ. 	<p>Этой игрой стимулируется способность реакции и сочетание координационных и технических аспектов.</p>  <p>После одного переворота вперед, выполняемого на мате, находящемся на расстоянии 5 – 6 м от ворот, ученик, который в этом случае является вратарем, становится в воротах. Нападающий стартует с мячом в ногах и, после выполнения слалома, производит удар по воротам. Нападающий стартует с расстояния около 15 – 20 м.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • переворот совершается назад. • переворот выполняется с мячом в руке. • нападающей не ведет мяч, а после преодоления определенного маршрута бьет прямо по воротам. 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕХВАТ С БРОСКОМ В СТОРОНУ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Матч с финишной линией 10´ • Выход на разноцветные мячи 20´ • Вводная подготовка для броска, по парам 15´ • Перехвати мяч 10´ • Удар в угол – игра-соревнование 20´ <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 15´</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 90´</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Мат • Куртки • Двусторонние ворота <p><i>«Мотивация - это хлеб для роста, и она должна культивироваться, избегая ошибок, которые могут ее подавить»</i></p>

УРОК №14

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 7
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Улучшать общую базовую технику. Считай перебрасывания 10' Минное поле 10' Простой бычок 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрое толкование игровой ситуации <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Слалом, удар и выход к воротам 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч: каждая ошибка - штрафной удар 25' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Подвижность суставов нижних конечностей Упражнения с различными мячами 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Считай перебрасывания 10' Упражнения с различными мячами 10' Минное поле 10' Простой бычок 15' Слалом, удар и выход к воротам 20' Матч: каждая ошибка - штрафной удар 25' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (различных цветов и разных размеров) Конусы Маркеры Шесты Мат Куртки Двусторонние ворота Одиночные мишени-силуэты Барьеры
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> Дриблинг Остановка, контроль и передача мяча 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> Развитие периферического зрения 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> Общая выносливость 	



УРОК №14: УЛУЧШАЕМ БАЗОВУЮ ТЕХНИКУ

Выход на разноцветные мячи	Простой бычок	Слалом, удар и выход к воротам	<u>МОДУЛЬ 7</u>
<p>Упражнение, улучшающее контроль мяча и развитие периферического зрения.</p>  <p>В большом ограниченном пространстве, пропорционально тренирующимся вратарям, расположены наугад мяч, кегли, барьеры, шесты и т.д., представляющие собой предметы, от которых необходимо уклоняться. Все вратари одновременно начинают движение на определенное время каждый со своим мячом, по завершению которого тот, кто получит меньше штрафных очков, победит. Штрафное очко получает тот, кто касается предметов, кто теряет контроль над мячом и т.д.; если сталкиваются два вратаря, то оба получают штрафные очки.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • командная игра. • с отскоком мяча от земли, бросаемого руками. • постоянные высокие перебрасывания мяча руками. 	<p>Предложенное упражнение способствует установлению моторного поведения передачи и приема в динамической форме, приводя учеников к решению моторной задачи в гибкой дидактической среде. Чувственно – восприимчивая стимуляция, быстрота и точность выполнения.</p>  <p>Классический бычок, приспособленный к роли вратаря. Ученик, который большее количество раз будет находиться внутри зоны перехвата мяча, проигрывает.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • командная игра. • внешние игроки могут касаться несколько раз мяча. • играть руками, перебрасывая его один или несколько раз, перед тем, как передать (в этом случае вратарь также может играть руками). 	<p>Тренировка для улучшения дриблинга и удара по воротам, совмещенным с классической остановкой. Ученик, выполняющий удар по воротам, располагается в шеренге для игры в стену, в то время как его товарищ, выполнивший обратную передачу, берет мяч и готовится выполнить последующий удар. Действие развивается по очереди между двумя шеренгами.</p>  <p>Мяч ведется по маршруту с дриблингом между мишенями-силуэтами и в завершение удар по воротам. Вратарь после преодоления последней мишени бьет по мячу и располагается в воротах для остановки последующего удара. Победит тот, кто будет иметь меньшее количество забитых мячей.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • победитель тот, кто забьет больше голов. • Командная игра. • контроль между мишенями-силуэтами может осуществляться, играя мячом о землю руками с ударом вверх или с отскоком и т.д. 	<p>Основная техническая цель: УЛУЧШЕНИЕ ОБЩЕЙ БАЗОВОЙ ТЕХНИКИ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Считай перебрасывания 10' • Упражнения с различными мячами 10' • Минное поле 10' • Простой бычок 15' • Слалом, удар и выход к воротам 20' • Матч: каждая ошибка - штрафной удар 25' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Шесты • Мат • Куртки • Двусторонние ворота • Одиночные мишени-силуэты • Барьеры <p>«Мудрость - это поэзия, поющая разуму» К. Жибран</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 8

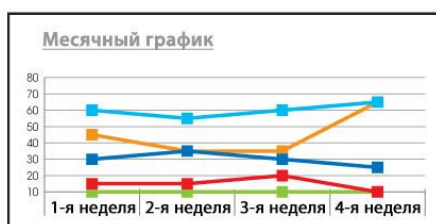
КАТЕГОРИЯ «МАЛЫШИ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

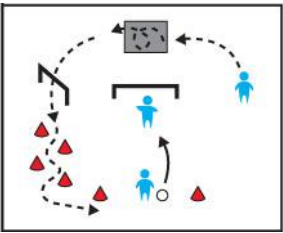
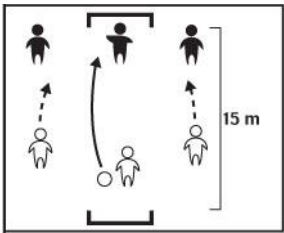
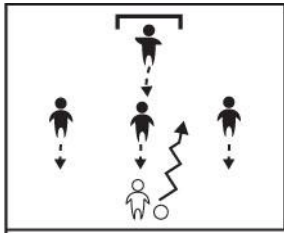
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> Основным субъектом тренировки является ребенок. Группа вратарей футбольной школы является группой, которую мы должны считать открытой: каждый может войти в нее и испытать очарование этой роли. Большая часть уроков должна предусматривать координационные упражнения, как для верхних конечностей, так и для нижних. Быстрота движения является качеством, которое в большинстве своем должно стимулироваться на этом этапе развития. Основным элементом тренировки является игра. На самом деле игра, вместе с «уравновешенным» спортивным соревнованием является основой для восприятия малышами. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Неделя</th> <th>Техничко-координационный фактор</th> <th>Тактико-познавательный фактор</th> <th>Коллективные игры и игровые ситуации</th> <th>Матчевые игры</th> <th>Физико-моторный фактор</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-я неделя</td> <td>30</td> <td>60</td> <td>15</td> <td>45</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>2-я неделя</td> <td>35</td> <td>55</td> <td>15</td> <td>35</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>3-я неделя</td> <td>30</td> <td>60</td> <td>20</td> <td>35</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>4-я неделя</td> <td>25</td> <td>65</td> <td>10</td> <td>65</td> <td>10</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор	1-я неделя	30	60	15	45	10	2-я неделя	35	55	15	35	10	3-я неделя	30	60	20	35	10	4-я неделя	25	65	10	65	10	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Перехватывать: захват низких ударов с броском при пространственно-временном давлении Направлять: кулаком при пространственном давлении Бросать: вбрасывание ногами после обратной передачи при пространственном давлении. ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Располагаться: в соответствии с линией обороны и положением мяча. ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Моторные маршруты для развития координационных способностей. <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор																											
1-я неделя	30	60	15	45	10																											
2-я неделя	35	55	15	35	10																											
3-я неделя	30	60	20	35	10																											
4-я неделя	25	65	10	65	10																											
<p>ПРИМЕЧАНИЕ: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК №15

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 8
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Останавливать удары при пространственном и временном давлении. Деятельность с мячом по парам 10' Игра в двое ворот 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Как можно быстрее найти верное положение в воротах <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч с очень большими воротами 15' Матчевые игры Матчи на ограниченном поле 30' Свободный матч 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Развитие технико-координационных способностей Моторный маршрут с ударом по воротам в конце 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч с очень большими воротами 15' Деятельность с мячом по парам 10' (ногами и руками, выполняя различные виды режима движения) Моторный маршрут 10' Игра в двое ворот 15' Матчи на ограниченном поле 30' СВОБОДНЫЙ МАТЧ 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (различных цветов и разных размеров) Конусы Маркеры Мат Куртки Двусторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> различные виды захвата 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способности внимания 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность выносливости 	



УРОК №15: ВНИМАНИЕ ОТРАЖЕНИЮ

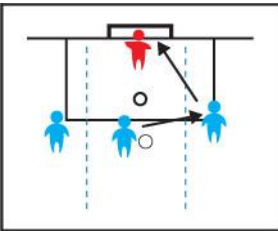
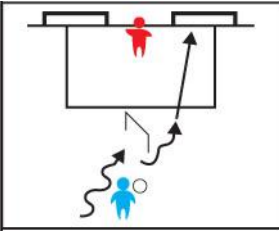
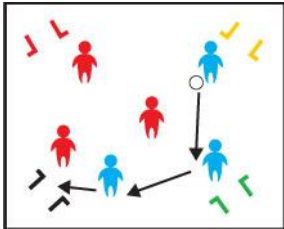
Моторный маршрут с ударом в конце	Игра в двое ворот	Матчи на ограниченном поле	<u>МОДУЛЬ 8</u>
<p>Это упражнение определяет улучшение координационных способностей, способствуя также техническому умению удара по воротам.</p>  <p>Вокруг двусторонних ворот организуется маршрут, предусматривающий удар по воротам в конце. На маршруте предусмотрены различные координационные пункты (прыжки, перевороты, перекачивания, слалом и т.д.).</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • маршрут выполняется в различных режимах движения: на четвереньках, ползком, назад, подпрыгивая и т.д. • «Кот и мышь»: один убегает, другой его преследует (кот стартует, когда мышь преодолеет первый пункт). Мышь должна остановить удар кота. 	<p>Посредством этой игры стимулируется улучшение чувства позиции, обучения техническим движениям удара и захвата, а также способность реакции и внимания.</p>  <p>Игра между двумя командами с двумя воротами. Удары выполняются с «повторением» по очереди с расстояния около 10 – 15 метров. На возможное отражение можно отвечать парированием в сетку (вся команда может принимать участие как в парировании в сетку, так и в защите ворот).</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра в воздухе. • броски руками. • играть чаще ногами. 	<p>Этим видом соревнований стимулируется сотрудничество и завязывание отношений в группе.</p>  <p>Матчи ведутся на ограниченном поле при участии 3 или 4 игроков от каждой команды. По очереди выполняется роль вратаря, с возможностью игры «мобильным» вратарем.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • различное изменение правил: размеры поля, мяч останавливается только ногами и т.д. 	<p>Основная техническая цель: ОТРАЖАТЬ РУКАМИ И/ЛИ КУЛАКАМИ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Матч с очень большими воротами 15' • Деятельность с мячом по парам 10' (ногами и руками, выполняя различные виды режима движения) • Моторный маршрут 10' • Игра в двое ворот 15' • Матчи на ограниченном поле 30' СВОБОДНЫЙ МАТЧ 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (различных цветов и разных размеров) • Конусы • Маркеры • Мат • Куртки • Двусторонние ворота <p><i>«Ребенок взрослому: не шикай на меня, когда я задаю порядочные вопросы, если ты это сделаешь, то обнаружишь, что я прекратил спрашивать, и буду искать для себя информацию в другом месте»</i> <i>Л Эрбавольо</i></p>

УРОК №16

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 8
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Улучшение точки равновесия («положение внимания» перед тем, как противник пробьет по воротам) <ul style="list-style-type: none"> Называй всегда мяч 10' Три дорожки 10' Какие ворота ты выберешь? 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Выбор места участия <p>КОЛЛЕКТИВНЫЕ ИГРЫ И ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Соревнование по пенальти 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч с 4 сокращенными воротами 35' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Способность моторной комбинации <ul style="list-style-type: none"> Сложные маленькие маршруты 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Сложные маршруты 10' Называй всегда мяч 10' Три дорожки 10' Какие ворота ты выберешь? 10' Соревнование по пенальти 15' Матч с 4 воротами 35' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (различных цветов и разных размеров) Конусы Маркеры Куртки Двусторонние ворота Мат
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> общая базовая техника 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> оценка времени называния мяча 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> элементы акробатики 	



УРОК №16: БУДЬ ВСЕГДА ВНИМАТЕЛЕН!

Три дорожки	Какие ворота ты выбираешь?	Матч с четырьмя воротами	МОДУЛЬ 8
<p>Этим упражнением вратарь улучшает быстрый поиск новой биссектрисы по отношению к движению мяча и верной точки равновесия до того, как нападающий пробьет по воротам.</p>  <p>Три вратаря (нападающих) стартуют из-за границ площадки к воротам противника, каждый по своей собственной дорожке (разграниченные маркерами) и только игрок на центральной дорожке имеет мяч. Недалеко от одиннадцатиметровой отметки он должен передать мяч правому или левому товарищу. Нападающий, получивший мяч, вынужден контролировать мяч до выполнения удара, чтобы позволить вратарю-защитнику рассчитать новую биссектрису. По очереди все вратари становятся в ворота. Побеждает тот, кто меньше всего пропустил голов.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● центральный нападающий может пробить по воротам. ● боковые нападающие могут бить по воротам первыми. 	<p>Упражнение, стимулирующее внимание к элементам, характеризующим игровую ситуацию, поиск биссектрисы и точки равновесия.</p>  <p>Вратарь располагается между двумя воротами, одни рядом с другими (на расстоянии пары метров). Другой вратарь (нападающий) стартует с мячом из центральной зоны, проходит около 10 м, где выбирает направление следования направо или налево с вратарем, который быстро идет для защиты соответствующих ворот и остановки удара. По очереди все идут к воротам и проводят удар. Победит тот, кто пропустит меньше голов.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● игра в команде. ● игроки могут ударять мяч руками о землю и выполнять удар в воздух или с отскоком. ● оценивается отскок на отражение. 	<p>Этим видом матча у вратарей стимулируется развитие умения прикрытия пространства и готовность найти биссектрису и точку равновесия. Кроме того, развиваются некоторые движения общей базовой техники.</p>  <p>При достаточном количестве участников и соответствующем поле устанавливаются четверо ворот (по двое ворот на команду) в четырех углах прямоугольника. Здесь встречаются две команды (по возможности равнозначные), которые пытаются забить мяч в один из двух ворот противника, и защитить ворота, подвергающиеся нападению. Правила игры достаточно просты, мяч может остановить только вратарь, который находится рядом с защищаемыми воротами. Побеждает, естественно, тот, кто забьет больше мячей в установленное время.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● можно играть руками и производить различные удары по воротам. ● можно играть двумя мячами. ● можно выбирать постоянных вратарей, а затем их менять. 	<p>Основная техническая цель: УЛУЧШАТЬ ТОЧКУ РАВНОВЕСИЯ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Сложные маршруты 10' ● Называй всегда мяч 10' ● Три дорожки 10' ● Какие ворота ты выберешь? 10' ● Соревнование по пенальти 15' ● Матч с 4 воротами 35' <p>Количество ребят: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (различных цветов и разных размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мат <p>«Все мы карабкаемся на вершину желания, которое у нас в сердце» К. Жибран.</p>

КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ»



Категория «дебютантов» в организационной структуре федеральных юношеских школ представляет собой вершину пирамиды окончательной базовой деятельности.

Краткое культурное изложение этой деятельности должно иметь как общие знаменатели некоторых определений или ключевых слов, так и должно представлять ведущую линию для тех, кто занимается подготовкой и детской спортивной деятельностью: игра, развлечение, энтузиазм, увлечение, программирование, спортивная культура, профессионализм.

12. КРАТКАЯ ПСИХОМОТОРНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РЕБЕНКА 10 – 12 ЛЕТ



Для многих юношей футбол является не только первой любовью, но и вызывает развитие преданности, незнакомой большинству любителей других спортивных дисциплин. Действительно, согласно исследованию, проведенному Юношеским учебным сектором ИФФ, ясно видно, что 86,1% из 694 опрошенных футболистов (11 – 18 лет), являющихся членами основных спортивных обществ, после того, как начали заниматься спортом, а именно футболом, никогда не посвящали себя другому виду спорта. Эти данные растут до 100% в группе тех, чьи родители имеют аттестаты начальной школы, и до 75% у тех, у кого отец закончил высшее учебное заведение. По отношению к категории «дебютантов» эти результаты уже могут позволить нам сформулировать некоторые практические выводы, но при этом необходимо учесть другой важный аспект, характеризующий футбол на этом возрастном этапе.

Речь идет о внедрении модели игры «11 против 11», что очень приближает игру к футболу, практикуемому на чемпионатах.

Вот коротко то, что нам говорит эта информация:

- спорт для этих подростков отождествляется практически только с футболом;
- родители, приводящие своих детей играть в футбол, в большинстве своем относятся к наиболее низкому социально-культурному уровню, они, в частности, воспринимают футбол как единственный спорт;
- тренеры должны учитывать при организации деятельности, что для многих ребят спорт характеризуется опытом одного вида спорта;

С точки зрения содержания и способа организации тренировок становится необходимым направлять тренировки не только на приобретение особых моторных и тактико-технических умений этого вида спорта, но и на развитие всех тех моторных умений, которые специально не стимулируются игрой, а которые являются основными для общего развития юноши.

12.1. ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ ВАЖНЫМ В СТАНОВЛЕНИИ ФУТБОЛИСТА



Юные «дебютанты», участвовавшие в этом исследовании, считают, что для того, чтобы стать футболистом хорошего уровня, очень важны следующие условия: доверять самому себе (это очень важно для 85,5%), много тренироваться (78,7%), терпеть лишения (70%), уметь развлекаться в игре (56,7%), иметь рядом людей, которые верят в тебя (52,4%) и иметь хорошего тренера (50,6%). Поэтому ясно видно, что уже в 11 лет эти ребята верят в личное усердие как в основной элемент успеха в футболе. Интересно отметить, что эти ребята из средней школы имеют довольно точное представление о том, что является важным для мальчика, начинающего играть в футбол. Было обнаружено, что 81,8% думает, что очень важным является развлечение, в то время как (66,9%) респондентов считает важным выиграть много матчей, и (47,96%) - играть особую роль на поле. Важно иметь хорошего тренера – так думает 53,3%. Другими удовлетворяющими аспектами при подготовке к игре в футбол они считают: состоять в хорошей группе-команде (47,5%) и, чтобы за ними следовали родители (34,7%). Другие особые аспекты футбола такие, как изучение техники футбола, изучение положения на поле и игра постоянно -

были названы необходимыми, однако не такими важными, как указанные выше. И, наконец, иметь в качестве ориентира какого-либо чемпиона очень важно только для 21,4%. Исходя из последнего анализа, складывается впечатление, что для ребят этого возраста гораздо более важным является занять центральное положение, чем предоставлять заслуги или ответственность другим.

12.2. МОТИВАЦИЯ «ДЕБЮТАНТОВ»



Группа «дебютантов» характеризуется широким распределением данных, которые ясно показывают новые факторы мотивации по отношению к семи факторам, сравниваемым у игроков старшего возраста. Это во многом зависит от их познавательного и эмоционального развития, не позволяющего еще дать последовательные ответы на 32 вопроса анкеты по сравнению с тем, как это было отмечено у ребят старшего возраста.

Этими факторами являются:

- 1). Приобретение статуса – этот фактор состоит из шести мотивов, определяющих желание стать известным и популярным благодаря футболу. Поэтому является очевидным, что спорт уже у очень юных рассматривается в качестве социального продвижения и стремления достичь более высокого общественного уровня.
- 2). Внешняя помощь – она состоит из трех причин: первые две относятся к роли, выполняемой родителями и лучшими друзьями в поддержке ими футбольной деятельности, в то время как третья относится к желанию путешествовать. Здесь подтверждается роль наиболее значимых для ребят людей, способствующих их вовлечению в спорт.
- 3). Физическая форма – состоит из трех причин, подвергающих анализу роль, относящуюся к приобретению и поддержанию физической формы.
- 4). Умения – подчеркивает необходимость приобретения и совершенствования спортивных качеств и умения стать частью команды.
- 5). Аспекты соревнования, состоящие из следующих причин: принятие участия в соревнованиях, отношения с тренером, выражение энергии, получение удовольствия от общения. Каждый из этих четырех аспектов тесно связан с другим.
- 6). Дружба – относится к желанию находиться с друзьями и заводить новых друзей, с которыми можно достичь третьей причины, связанной с тем, чтобы делать какую-либо работу более искусно, чем другие. Поэтому, в этом возрасте установление дружеских отношений положительно связано с чувством быть сведущим в футболе.
- 7). Развлечение состоит из трех следующих оснований: развлекаться, чувствовать командный дух и получать удовольствие от общения в соревнованиях. Другими словами, развлечение связано с принадлежностью к группе и к принятию участия в соревнованиях, что вызывает положительные эмоции.
- 8). Тренироваться в группе – состоит из двух причин, касающихся желания выполнять упражнение и работать в команде. При этом также подтверждается то, что у большинства юношей группа является основным посредником фундаментальных мотивирующих аспектов.
- 9). Расход энергии состоит из трех причин; две относятся к высвобождению нервозности и к желанию воодушевляться, в то время как третья касается желания находиться вне дома. Даже этот мотивирующий фактор характеризуется эмоциональным удовлетворением, показывающим, как футбольная деятельность может быть представлена в ситуациях, регулирующих личную психическую энергию.

Если коротко, то это все показывает, что юноши этого возраста, также как и ребята старшего возраста, занимаются футболом вследствие совокупности ряда причин. По

отношению к следующим категориям, видно, что желание составлять часть команды, сотрудничать вместе и иметь командный дух, что составляет командный фактор, не образуют единственный независимый фактор. В этом смысле, достижение командных спортивных целей, еще не является основной составляющей их способа жизни в футболе. Действительно, каждая из этих трех причин связана с различными мотивирующими и регулирующими спортивное умение факторами: развлечение и тренировка в группе. Сплоченность команды не считается независимым от других аспектом, и кажется, что ребята не ставят перед собой такую цель, если они с удовольствием соревнуются. И наоборот, после 13 лет сплоченность команды становится особым мотивирующим фактором, признаваемым ребятами как один из существенных элементов, поддерживающих их желание заниматься футболом.

13. АСПЕКТЫ И ОСОБЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ КАТЕГОРИИ «ДЕБЮТАНТОВ»



Думая о группе ребят 11 – 12 лет, играющих в футбол в различных турнирах «дебютантов», на ум приходят противоположные образы: один, представляющий прекраснейший фильм «Гладиатор» Ридли Скотта, где на арене борются и сражаются гладиаторы, беззащитные орудия, используемые для увеселения сильных мира; другой образ - клуб, где неистовая группа ребят соревнуется в тысячном, не заканчивающемся матче, который в их воображении означает финальную встречу Лиги Чемпионов.

Этим фантастическим перемещением хочется сделать акцент на реальности, которая часто не оценивается юношей. Не рассуждая о социальной природе, которая не входит в нашу компетенцию, хочется отметить: влияние, оказываемое элитным футболом на окружающих, связанных с юношескими спортивными мероприятиями, в первую очередь на родителей, иногда порождает, особенно если это своевременно не замечено, некоторые проблемы психического характера.

Мистификация реальности, построенной в большинстве своем для удовлетворения потребностей и приглушения типичных разочарований мира взрослых, приводит ребят к неестественному поведению (протесты против судьбы, насилия против противника, не принятие технического выбора тренера), приводящие к затруднительным положениям, отсутствию спокойствия и, в конце концов, к замедлению процесса технической подготовки.

Кроме того, стимуляция технической природы, воспроизводимой в поведении и дидактическом процессе, характерной для элитного футбола, способствует общему ожиданию спортивных характеристик.

Наши ребята должны оценивать свои качества в свободной атмосфере внешних условий, где опытное руководство специалиста оценивается постоянно рождающимся интересом, качеством восхищения, которое он вызывает, где стихийность и свобода совершения ошибки воспринимаются как обязательный переход для социального и футбольного улучшения.

Только так можно способствовать не травмирующему приему футбола, сильно связанному со спортивными характеристиками и результатами.

Действительно, этот возрастной этап, особенно на втором году деятельности, представляет собой начало тяжелой работы, сказывающейся на психофизической сфере юноши посредством изменений, значительно влияющих на качество спортивных характеристик.

Специалист должен чаще связываться с ребятами, имеющими моторные трудности, должен предусмотреть этапы технического восстановления и обращать особое внимание на тех, кто, не имея раннего развития, демонстрирует на соревнованиях большие трудности, связанные с занятием спортом.

Не может быть спортивным результатом переменная величина, обуславливающая наше дидактическое поведение и руководство командой, так как мы, таким образом, предоставим большее пространство тем ребятам, которых, например, мы указывали до этого, учитывая биологический возраст и раннюю физическую зрелость, гарантирующие хорошие спортивные результаты. Поступая так, мы будем небрежно относиться к ребятам, хотя и имеющим хорошие способности к футболу, но испытывающим трудности в соревнованиях в связи с проблемами, в основном, физического характера.

13.1. БАЗОВЫЕ ПРИНЦИПЫ СОСТАВЛЕНИЯ ПЛАНА В КАТЕГОРИИ «ДЕБЮТАНТОВ»



Как мы знаем, планирование представляет собой путь, ведущий к выполнению определенных целей, которые в этом возрасте 10 – 12 лет связаны с игрой, с деятельностью, приводящей к освоению определенного поведения, однако не акцентируя свое внимание на требованиях и ожиданиях спортивных характеристик.

13.1.1. ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР



Исходя из природы предлагаемой деятельности, можно указать три фактора, регулирующих подготовку футболиста по указаниям Футбольной Школы ИФФ Акуачетоза г. Рима (график б). Как здесь показано, одной из важных составляющих является техническая сфера. Мы не будем больше останавливаться на факте того, что должно существовать тесное соответствие и логическая связь между тремя параметрами характеристики, которые подразделяются, особенно в этом возрасте, на природу упражнений, предлагаемых нами.

В таблице 13 мы видим, что дидактическая стимуляция, способствующая технической сфере, должна предлагаться в конце реализации способности эффективного действия, это происходит через формы движения, интересующие как чувственно–восприимчивую, координационную, так и познавательно–обрабатываемую области.

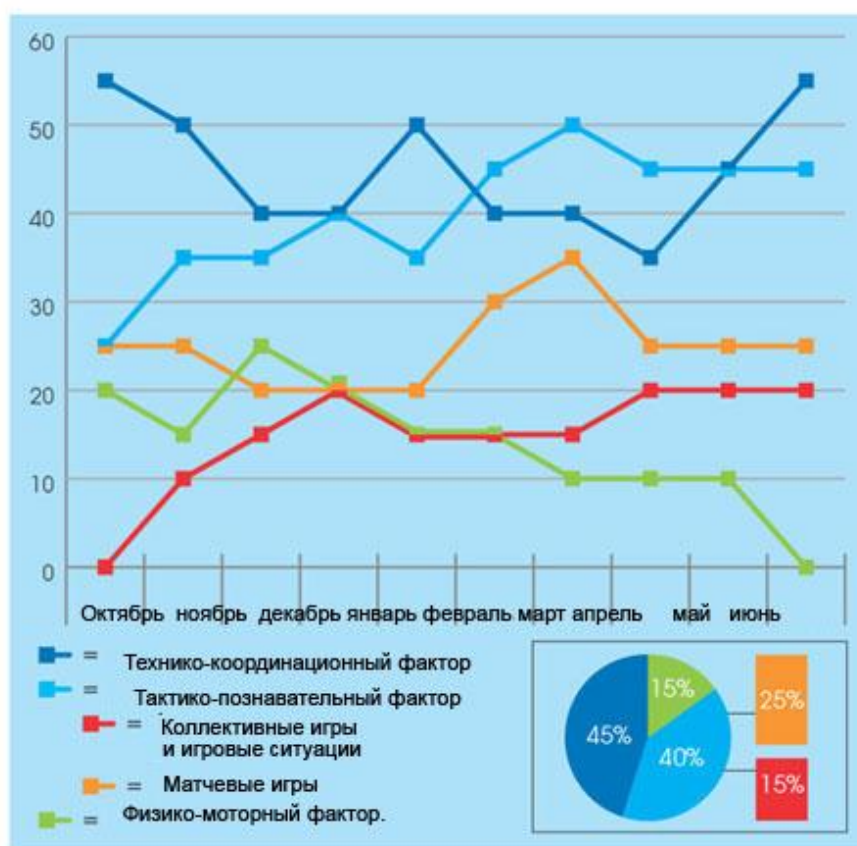


График 6 – Годовое дидактическое планирование – категория «Дебютанты».

Технико-координационный фактор			
Переменная	Цель	Упражнения	Характеристики
<ul style="list-style-type: none"> Координационная стимуляция 	Автоматизация технического поведения исправление возможных ошибок	Технические действия с изменением формы и направления	Отношение с мячом 1 : 1. Дидактическая стабильность.
<ul style="list-style-type: none"> Временное давление 	Технический контроль в быстром режиме	Игры-эстафеты - противник преследует	Мало переменных для выполнения. Создание

			однородных групп.
● Стимуляция восприятия	Способствовать набору информации	Психокинетическая деятельность	Технические движения регулируются условиями нестабильной игры.
● Понятийные трудности	Стабилизировать техническое поведение.	Деятельность, обусловленная движениями других игроков.	
● С противником	Автоматизировать техническое поведение	Противник, защищающийся на одной линии	Полуактивный противник

Таблица 13 – Планирование категории «Дебютанты».

Особые дидактические цели должны стимулировать обучение формам движения (основная техника), которая должна привести к автоматизации конечной координации движения, полезной для отвлечения внимания от спортивного снаряда, для его готовности к восприятию информации окружающей среды. Другими словами, от простой очень эффективной способности находить собственное техническое поведение в устойчивом состоянии перед неопределенностью и ненадежностью положения, является целью направления и постоянной технической подготовки (таблица 14).

Содержание деятельности должно учитывать периодичность футбольного опыта юноши и его моторную готовность. В таблице 1 показан подготовительный маршрут одной из групп «дебютантов», касающийся технико-координационного фактора.

Подростки (11 – 12 лет) достигли способности объективно оценивать события, ставя себя в положение критика по отношению, как к своим действиям, так и к действиям других.

Технико-координационный фактор
● Совершенствование индивидуального технического движения.
● Стабилизация технического движения в ситуативном режиме.
● Приспособляемость технического движения в зависимости от применения рабочих схем игры.

Таблица 14.

бежать	<ul style="list-style-type: none"> ● Ведение мяча, изменяя способ, направление и темп. ● Действие ведения в сочетании с другими техническими действиями в режиме познавательной активизации при временном давлении. ● В упрощенном ситуативном режиме в сочетании с движениями нескольких игроков.
бежать, чтобы передать	<ul style="list-style-type: none"> ● Передача в движении, мяч в движении, неподвижная цель. ● Передача в движении, мяч в движении, подвижная цель ● Сочетать действия других видов движения, в режиме познавательной активизации при временном давлении. ● В упрощенном ситуативном режиме в сочетании с движениями нескольких игроков.

Таблица 1 – Технико-координационные цели.

Подросток осваивает и определяет реальность в рамках вымышленных событий, другими словами, продолжает в этом периоде приобретать определенную умственную независимость,

в которой он желает видеть себя главным действующим лицом своего поведения. Способность формулировать предположения, думать абстрактно, удерживать в уме представления, быть в состоянии оперативно их обрабатывать - направляют дидактическую модель на путь «методологии представлений» для применения схем движений, определяющих модель коллективной игры.

Подросток должен приобрести рабочие схемы или функциональные тактические единицы, постоянно связанные с ситуативной сферой, формируя личный вклад, творческий и оригинальный, в тактический план команды.

направлять, чтобы ударить	<ul style="list-style-type: none"> ● Удар по воротам, изменяя способ, направление и темп. ● Удар по воротам при полуактивном действии противника при временном давлении. ● В упрощенном ситуативном режиме в сочетании с движениями нескольких игроков.
захватить ловить принять	<ul style="list-style-type: none"> ● Принимать низкие мячи и по траектории, направленная остановка. ● Действия динамического приема, следующего от других форм технического движения. ● Принимать в режиме познавательной активизации и временного давления. ● Принимать при полуактивном источнике помех.

Таблица 2 – Техничко-координационные цели.

Способность индивидуальной и коллективной игры имеет свой генетический код в способности уметь управлять функционально своим техническим поведением. Техническое действие представляет собой становление в тесном симбиозе с развитием самого себя в ситуации, которое должно адаптироваться, преобразовываться и сочетаться с игрой в режиме «он лайн».



Фото на стр. 424 «Национальные мероприятия. Ты молодец... Футбольная Школа при Федеральном Техническом Центре Коверчиано».

13.1.2. ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР



Задача тренера, направленная на индивидуальную и коллективную тактическую подготовку, представляет собой комплексную составляющую, связанную с подготовкой юных футболистов, а в возрасте «дебютантов», как мы видели, она составляет 40% от общей нагрузки.

Эта доля рассматривается в тесной связи с технической частью, всегда приобретающей большую значимость в качестве орудия для решения тактических задач.

Как было ясно изложено выше, рассматриваемая составляющая для построения соответствующего игре поведения в виде простой и не жестко контролируемой деятельности, приобретает важность в подготовительных категориях. Организация наиболее специфического поведения производится, когда требования к спортивным характеристикам сочетаются с большей психофизической зрелостью и лучшими способностями внимания со стороны юного футболиста.

Бежать с мячом	<ul style="list-style-type: none"> ● Дриблинг/поиск слабого места. ● Поиск свободного пространства. ● Сочетать действие в соответствии с движениями товарищей.
Направить ударом Передать	<ul style="list-style-type: none"> ● Передача в стену/ «дай и иди»/ «дай и срежь». ● Передача в зону. ● Игра с поддержкой и смена фронта.
Направить ударом Ударить	<ul style="list-style-type: none"> ● Со стоящим вратарем/вратарем, который выходит ● С противником, создающим лобовые/боковые препятствия.
Принимать остановка	<ul style="list-style-type: none"> ● С преследующим/фронтальным противником.
Бежать Перемещаться	<ul style="list-style-type: none"> ● Двигаться, чтобы получить. ● Понятие поддержки/помощи. ● Движение для создания пространства в ширину и глубину.

Таблица 3 – Тактико-познавательный фактор (на этапе владения мячом).

Бежать Перемещаться	<ul style="list-style-type: none"> ● Комбинированные движения в зависимости от положения мяча. ● Сотрудничество в защите/помощь при взятии ворот и прикрытии. ● Понятие зона/человек. ● Оборонительные движения/понятие взятие позиции – опека игрока – выжидание – расположение уступами – сосредоточение.
--------------------------------	---

Таблица 4 – Тактико-познавательный фактор (на этапе не владения мячом).

Так как технический компонент присутствует в категории «дебютантов», как и тактический (таблицы 3, 4), его ход имеет свою дидактическую динамичность; понятно, что тактические понятия и составляющие должны изучаться преимущественно посредством индуктивной методики. Ребята в этом возрасте в состоянии найти ответы на вопросы поведения в

ситуации; специалист их заинтересовывает и помогает команде в поиске наиболее эффективных решений, без прямого вмешательства, а оценивая выбор ребят.

13.1.3. ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР.



Возвращаясь к клубу: к сожалению, мы не можем более в данный момент углубляться в эту проблему, ребята, когда они играют свободно, без излишней напряженности, ожиданий и надежд на спортивные характеристики, редко подвергаются усталости. Не являясь сказочниками: сегодня необходимо, в зависимости от требований к нашим ребятам, предоставить им столько физической нагрузки, способной восполнить часть моторного дефицита, накопленного детской гипокинезией нашего времени.

Рекомендуются упражнения на улучшение координации и реорганизации моторных схем, влияющие, особенно на втором году «дебютантов», на их рост, что заметно изо дня в день.

Внезапно наши ребята кажутся неповоротливыми, неловкими в своих движениях, мяч уже не отвечает их командам, необходимо содержательное техническое повторение. Поэтому предпочтительнее будет всегда использовать мяч, даже для получения улучшений органо-метаболической природы: содержание тренировок должно содержать деятельность, представляющую собой синтез факторов характеристик: технических, тактических и физических.

В Федеральной Футбольной Школе мы увидели (экспериментальная работа по средствам тренировки – неопубликованная работа – Ротичиани, Лукарелли, 2002 г.), как те же самые достижения в области аэробного потенциала ребят 11 лет включались в прерывающуюся деятельность, выполняемую в ситуации 2 против 2, в соотношении работа/пауза 10''/15'' x 6' x 2 – 3 серии (протокол испытаний Д Оттавио и коллектив, 1997 г.), в сравнении с прерывающейся или непрерывной работой без мяча такой же продолжительности.

Работы «в сухую» с очевидностью оправданы для определения нервно-мышечной составляющей и, поэтому рекомендуется использовать низкие барьеры, ациклический спринт и деятельность по улучшению способности быстрой реакции на окружающие стимулы.

2. ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ АСПЕКТЫ И УЧЕБНО-РЕГЛАМЕНТИРОВАННЫЕ НОРМЫ, РЕГУЛИРУЮЩИЕ ИГРУ В КАТЕГОРИИ «ДЕБЮТАНТОВ»



На этом этапе пути базовой деятельности ребята начинают соревноваться на поле, применяя новые и более сложные правила, перед тем как выйти на спортивные соревнования, предусмотренные в категории «Юных».

Трудности, с которыми в начале могут столкнуться ребята этой категории, особенно на первом году, в большей степени зависят от неопытности и от нехватки правильной информации, полученной ими о правилах игры и способе выражения спортивного усердия.

Мы по порядку рассмотрим некоторые характеристики этой деятельности.

14.1. ПЕРВЫЙ КОНТАКТ С ПРАВИЛАМИ ИГРЫ В ФУТБОЛ С 11 ИГРОКАМИ



Юные футболисты после выполнения дидактического маршрута с различными моделями матча встречаются в соревновании, предусматривающем 11 игроков в команде на поле больших размеров.

Здесь существуют различные пространственные и временные характеристики, различные площади, на которых необходимо двигаться, и большие размеры защищаемых ворот или ворот, в которые будут забиваться мячи.

Поэтому необходимо понимать, и особенно правильно решать игровые ситуации, связанные с футбольными правилами с 11 игроками, такими как: положение вне игры или обратный пас вратарю, являющиеся частью так называемых «тактических знаний» футболиста (смотри подраздел «Культурные замечания и ссылки» раздела «Тактические составляющие»).

14.2. ТУРНИР «FAIR PLAY»



Юношеский учебный сектор в своей попытке продвижения развития правильного понимания спортивной культуры, вывел несколько лет назад формулировку Турнира Дебютантов, называемого «**FAIR PLAY**», в котором отражаются очень важные нормы поведения, характеризующие главных действующих лиц игры, таких как юные футболисты, специалисты, руководители, общество или родители.

Действительно, периферийными базовыми Комитетами составляется классификация определенных требований, примером которых считается организационный аспект общества (например, присутствие на собраниях), аспект участия (количество игроков, играющих в каждом матче или участие ребят) и т.д.

Также изучаются отрицательные аспекты, такие как некорректное поведение или не упорядоченное привлечение игроков, заявленных в списке соревнований.

14.3. ТРИ ТАЙМА ИГРЫ И ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ



Здесь так же, как в категории «Мальши», соревнования проводятся с тремя таймами игры, позволяющими специалистам и ребятам играть больше и общаться более конструктивно во время двух перерывов, имеющих в их распоряжении. Все заявленные в списке должны принимать участие в соревновании, как минимум в одном из трех таймов игры и одном значительном периоде последующих игр, как это указано в Официальном Заявлении № 1 Юношеского учебного сектора и в Документе о Правах Детей. Потому что даже в этой категории, хотя соревнование и происходит между 11 игроками, как у взрослых, нельзя забывать, что соревнуются ребята, готовые усваивать новые умения из совершенных ошибок или представляющихся новых ситуаций: всем необходимо набраться опыта, поэтому все должны иметь возможность играть как можно больше.

Действительно, в воскресных соревнованиях ребята испытывают самые сильные чувства. Эмоции и мотивации должны обязательно разделяться специалистами и руководителями

(как и родителями) для того, чтобы направлять напряжение игроков в положительное русло, чтобы позволить игрокам максимально выразить свои качества.

14.4. ЗАМЕНА ИГРОКА



На соревнования приглашаются общества с как можно большим количеством игроков (максимально до 18) и поэтому быстрая замена игрока является эффективной мерой для меньшей потери времени при выполнении многочисленных предусмотренных замен.

14.5. ТАЙМ АУТ



Наравне с дидактическими и методическими аспектам, узаконивающими три тайма игры и быструю замену игрока, в этой категории также используется тайм аут.

Это средство, вместе с двумя перерывами, предусмотренными во время трех таймов игры, позволяет специалисту избежать ненужных криков, направленных ребятам, пытающимся выпутаться из различных игровых ситуаций, используя полученные в футбольной школе знания. Таким образом, специалист имеет возможность прервать игру в момент, который он считает самым подходящим для разговора с ребятами, чтобы дать им верные и действительно эффективные указания.

14.6. РАЗМЕРЫ ВОРОТ.



Что касается размеров ворот, то в этом возрасте рекомендуются ворота размером 5,50 х 2 метра или 6 х 2 метра, это результат некоторых исследований, проведенных в Футбольной Школе ИФФ Аккуачетоза в Риме и Регионального Экспериментального Центра (С. Д Оттавио в Бюллетене технического сектора № 6 – ноябрь/декабрь 1996 г.).

14.7. «11 ПРОТИВ 11» НА ОГРАНИЧЕННОМ ПОЛЕ.



Одним из недостатков, который мы можем легко обнаружить при рассмотрении юных футболистов, соревнующихся на обычном поле, это трудность в их ориентации при различных пространственных ориентирах, с большими расстояниями для пробега или «контроля». Много раз на полях в периферии можно наблюдать ребят 10 – 11 лет, которые не могут правильно организовать себя для выполнения определенной роли. Возможно, пространство является слишком обширным, а ориентиры не воспринимаются.

Поэтому изучается новая организация пространства в зависимости от количества игроков, выстроенных на поле. Действительно, необходимо подумать о ситуативной игре, которая бы увеличила трудности технического и познавательного характера по отношению к модели соревнований предыдущего возраста, но чтобы она сохранила определенную степень легкости в адаптации к новой организации игроков, расположенных на поле.

В графике 7 описываются результаты исследований соревнований ребят первого года «Дебютантов» в игре 11:11 на ограниченном и на обычном поле.

Как можно заметить, в игре на ограниченном поле было забито больше мячей в сетку, большее количество передач с первой попытки, большее количество примененного дриблинга и, кроме того, была лучшая организация игроков на поле.

14.8. «7 ПРОТИВ 7» КАК ОПЫТ ТРЕНИРОВКИ



В отношении категории «дебютантов» необходимо привести примеры опыта других европейских стран и других континентов. Действительно, в некоторых турнирах, как местного, так и международного плана, предусмотрено, что ребята 10 – 12 лет встречаются в команде, состоящей из семи игроков, конечно же, на полях с ограниченными размерами.

Этот опыт, среди других, был указан в докладе на недавнем семинаре УЕФА в Коверчиано, посвященном базовому футболу (встреча через каждые два года для 52 федераций, членов УЕФА), и вызвал живую заинтересованность.

Действия игры развиваются с большей плавностью, а также значительно лучше происходит круговорот мяча и точность при передачах.

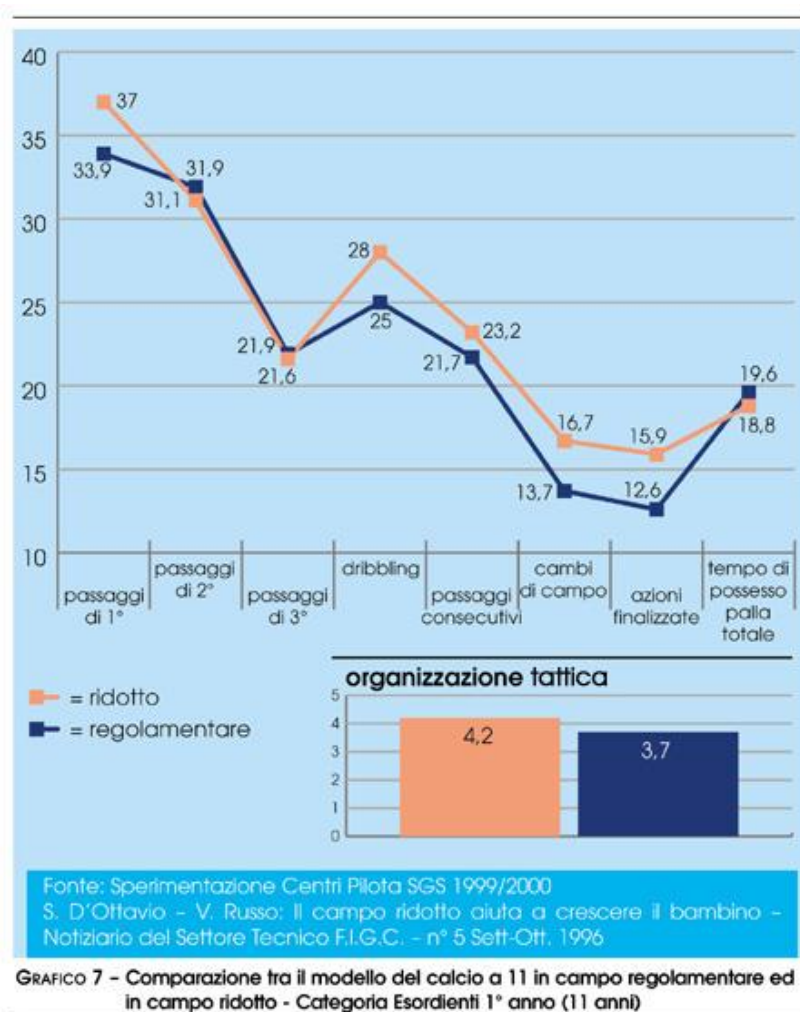


График 7 – Сравнение между моделью игры по 11 игроков на обычном и ограниченном поле – Категория «Дебютантов» 1-й год (11 лет).

1. – передачи с 1 попытки;
2. – передачи со 2 попытки;
3. – передачи с 3 попытки;
4. – дриблинг;
5. – несколько передач подряд;
6. – смены поля;
7. – целевые действия;
8. – общее время владения мячом;
9. – ограниченное поле
10. – обычное поле
11. – тактическая организация;

12. - Источник: Исследования Экспериментального Центра SGS 1999/2000 г.

С. Д Оттавио – В. Руссо: ограниченное поле помогает росту ребенка – Бюллетень технического сектора ИФФ - № 5 сентябрь/октябрь 1996 г.

Представитель Шотландской Федерации, например, говорил очень положительно об этом опыте. Даже там ребята этого возраста обычно играют командами, состоящими из 11 игроков. После того, как они несколько месяцев играли «7 против 7», им был задан вопрос, развлекаются ли они больше, играя таким образом: ответ был таким убедительным, что они не хотели больше играть в футбол по 11 игроков.

Возможно, такой опыт было бы лучше предлагать чаще, включая его в дидактический процесс в качестве альтернативной формы игры по 11. Действительно, в игре «7 против 7»

для категории «дебютантов», то же самое, как и для взрослых, приобретает очевидное технико-дидактическое значение, полностью отличающееся по отношению к игре «7 против 7» в возрасте 7 – 8 лет.

Когда говорят о юношеской игре, необходимо думать о спортивной деятельности, адаптированной к различным характеристикам, которые дети различных возрастов представляют по отношению к взрослым. Это происходит в большинстве видов спорта, поскольку субъект в развивающемся возрасте, который мы можем определить как период от рождения до взрослого возраста (18 – 20 лет), подвержен росту и различным изменениям, как из-за биологической силы, так и частично из-за полученного моторного опыта.

Первый фактор не подвержен изменениям, так как речь идет об индивидуальной генетической (наследственной) картине, в то время как второй больше влияет на характеристики.

Действие обоих факторов будет положительным, если будут определены своевременные совместные усилия, на основе качества и вида технико-дидактических предложений, и если взаимодействие будет происходить в соответствии с точно определенными этапами развития. В литературе можно найти различные классификации, касающиеся ауksiологии (биологическая наука, изучающая явления органического роста и развития человека), по отношению к этапам периода развития, и все, в той или иной степени, соглашаются признать следующие периоды:

- дошкольный этап или период (от 0 до 6 лет);
- период или этап до полового созревания (от 6 до 11 – 12 лет, соответственно для мальчиков и девочек);
- период или этап полового созревания (от 11 – 12 до 13 – 14 лет);
- период или этап второго периода полового созревания или юношеский возраст (с конца периода полового созревания до 16 – 17 лет).

Тем не менее, необходимо помнить, что указанные данные не всегда совпадают с данными биологическими, так как каждый индивид несет в себе генетический код, который может отличаться от указанных норм. В этом случае говорят о субъектах **акселератах** (с ускоренным развитием) и **с задержкой в развитии**. Эти возможные различия в большинстве своем наблюдаются при приближении к периоду полового созревания, поскольку этот период предусматривает сильную гормональную внутреннюю секрецию, определяющую акцентированные отклонения в органическом и структурном плане (половые признаки, толчок роста, мышечная сила и т.д.) (таблица 15).

Морфо-функциональные и технические различия между категориями «дебютантов» и «юношей».	
11 – 12 лет	12 – 14 лет
<ul style="list-style-type: none"> ● Этап преобладающего роста в ширину. ● Акцентированное развитие координационных способностей. ● Приобретение сложных движений. ● Очень чувствительный период для обучения. ● Этап сильного созревания (функционального) чувствительных анализаторов (почти как у взрослых). 	<ul style="list-style-type: none"> ● Этап преобладающего роста в высоту. ● Этап большой чувствительности к физической тренировке. ● Трудный период для моторного и технического контроля. ● Этап сильного роста тестостерона и ГН <p style="text-align: center;">Изменение уровня тестостерона (ng/100 мл) в детском и юношеском возрастах</p>

● Этап становления силы и роста технических умений.	Возраст 8 – 9	Девочки 20	Мальчики 21 – 34
● Предрасположенность к повышенной частоте и скорости движения.	10 – 11	10 – 65	41 – 60
	12 – 13	30 – 80	131 – 349
	14 – 15	30 – 85	328 – 643

Таблица 15 – (Вайнека, изменена Д Оттавио, 2004 г.)

Поэтому различным будет физическое усердие (особенно органическое) и также различным будет участие в игре. Ребята 10 – 12 лет с такой разновидностью сопоставления больше всего вовлекаются в игру, точность вбрасывания и передачи в игре вратаря становится определяющим, а потеря мяча в центре поля (на ограниченном поле) означает чрезмерный риск по отношению к такой же возможности на большом поле с большим количеством игроков. В общем, все игроки должны уделять во время игры большое внимание изменению событий. Такой **большой риск** создает, в конце концов, также большее развлечение для игроков (большее вовлечение по отношению к времени игры).

ПОКАЗАТЕЛЬ УЧАСТИЯ В ИГРЕ = КОЛИЧЕСТВО КОНТАКТОВ С МЯЧОМ/ЕДИНИЦА ВРЕМЕНИ

В игре «11 против 11», кроме того, что ребята меньше времени играют с мячом, меньше производят ударов по воротам, меньше забивают голов и т.д. и т.д., выявляются также другие аспекты, ограничивающие обучение и относительный технический рост:

- тактическая организация менее гибкая (модели взрослых);
- является очевидным различие техники двух команд: в наиболее слабой команде более активные игроки являются защитниками; и, наоборот, в более сильной команде – нападающими. В игре «7 против 7» эта вероятность уменьшается из-за того, что тенденцией игры является полное вовлечение игроков, как на этапе атаки, так и обороны.
- физическая и техническая неспособность играть в футбол и поэтому «быть в диалоге» с товарищами, находящимися на относительно большом расстоянии (> 20 – 25 м). Это отчетливо видно при угловых ударах, штрафных, ударах от лицевой линии и т.д. На практике юный футболист, хотя и располагает необходимым познавательным потенциалом для определения тактической цели действия (например, игра), ограничение его мышечной силы и относительного вовлечения качеств силы с тактико-координационными факторами, не позволяют ему выразить себя так, как бы он этого хотел. На ограниченном поле, наоборот, решение такой задачи возможно из-за **большого совпадения** «готовности окружающей среды к игре» (поле и количество игроков) и потенциала характеристик футболиста.

Было также замечено, что частота сердцебиения, отмеченная у одного и того же игрока в ситуации «11 против 11» (большое поле) и «7 против 7» (маленькое поле), была почти одинаковой.

В довершение к этому, было замечено в игре «7 против 7» большее «качество техники» при одинаковом усилии и, поэтому большая отдача.

Как отмечено в исследовании, проведенном несколько лет назад (Д Оттавио, 1994 г.), площадь и относительная траектория передвижений ученика 11,5 лет во время матча Чемпионата Дебютантов, сыгранного в ситуации «11 против 11» на обычном поле, были, несомненно, ограничены (небольшие) по отношению к взрослому игроку в этой роли. Такие же результаты были отмечены во всех других ролях команды (рисунок 16).

Пытаясь технически это истолковать, мы пришли к согласию в том, что необходимо выделить ряд причин такого поведения. У ребят этого возраста можно выделить:

Физические ограничения, которые не дают расширять площадь перемещения. Эта вероятность может очень сильно влиять на **фактор безопасности и риска**, и юноша (или за него тренер) чувствует, что возможный дисбаланс не позволяет найти (по причине незаконченного биофизического созревания) верное положение по отношению к задачам команды (роль).

Ограничения познавательного плана, поскольку юноша в этом возрасте не имеет возможности анализа игровых ситуаций, развивающихся вдали от него. **Техническое пространство отношений** (социальное) является очень ограниченным по отношению к взрослым. Действительно, преимущественно диалог имеет место между игроками, действующими в смежных зонах.

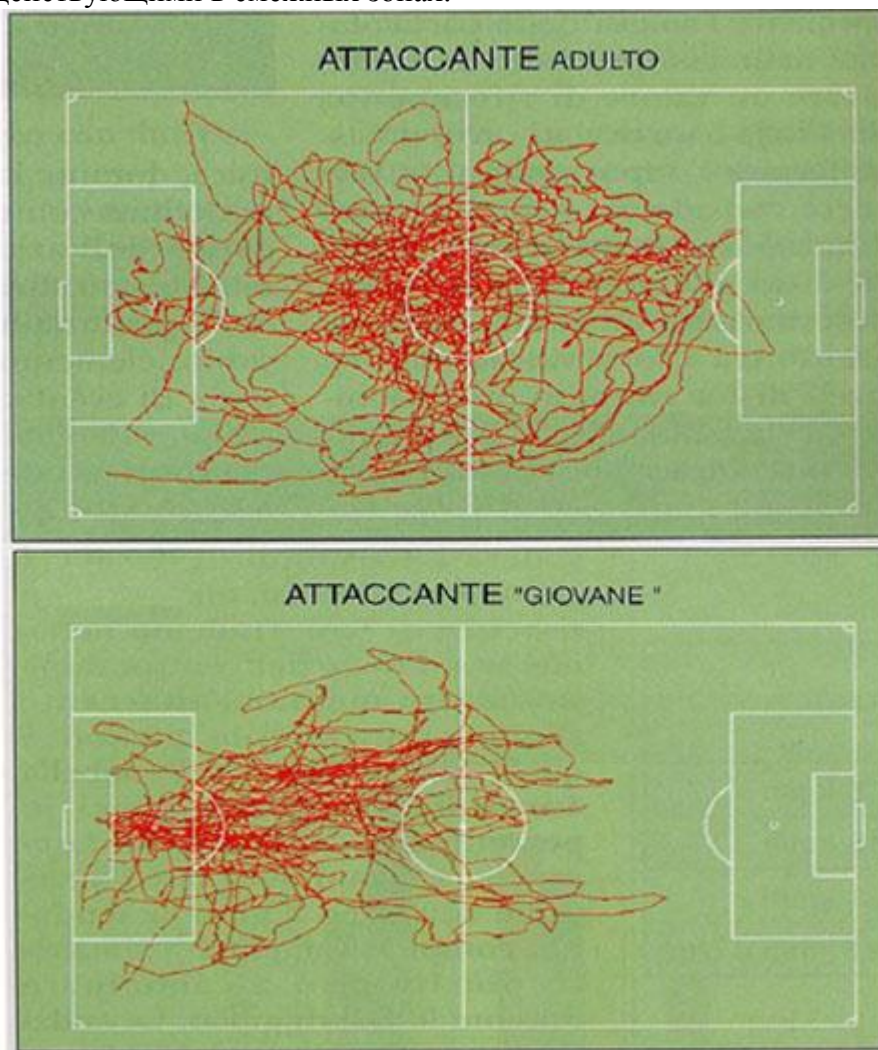


FIGURA 16 - Superficie e traiettoria di spostamento durante una partita, comparazione attaccante giovane e adulto

Рисунок 16 – Площадь и траектория перемещения во время матча, сравнение между юным и взрослым нападающим. (С. Д Оттавио, 1994 г.).

1. – **ВЗРОСЛЫЙ НАПАДАЮЩИЙ**
2. – **ЮНЫЙ НАПАДАЮЩИЙ**

Ограничения обработки данных, из-за трудности в контроле нескольких переменных величин в одно и то же время. Большое поле с 11 игроками в команде теоретически предусматривает **большее количество связей – вмешательств** по отношению к уменьшенной ситуации. Кроме того, юный футболист рассматривает элементы игровой

ситуации посредством последовательной обработки информации, то есть один, затем другой. Общее видение проблемы ограничивается и вертится вокруг собственного технического центрального положения.

Эти аспекты подчеркивают основные причины, из-за которых одна команда, состоящая из 11 игроков, на деле представляет собой набор из нескольких единиц, действующих для решения своей сиюминутной задачи, принимающих во внимание только краем глаза и исключительно наиболее способных ребят, понимающих задачи, касающиеся коллектива (команды). В силу обстоятельств игра становится очень медленной, так как маневр производится без неожиданных вариаций, причиной чего являются ограничения, указанные прежде.

Прошли годы. Пытаясь определить количественные ответы на вопросы организационного сокращения игрового поля для ребят футбольных школ, были определены размеры ворот для трех категорий («маленькие друзья», «малыши», «дебютанты»). Параметры, которые при этом учитывались, были следующими: **рост и способность к вертикальному прыжку**. Посредством математических вычислений сравнения между ребятами и взрослыми по отношению к этим факторам и официальным размерам ворот (2,44 x 7,32 метров), стало возможным предусмотреть три различных размера, приближенных по морфологическим и функциональным характеристикам к ребятам этого возрастного периода (Д Оттавио, 1996 г.). Поэтому, учитывая, что одним из ограничений, указанных выше, характеризующих мальчика 10 – 11 лет, является **потенциал к игре** в его различных технических выражениях, таких как передача, бросок, резанный пасс (удар), удар по воротам, угловой, вбрасывание и т.д., для того, чтобы найти размеры поля, идеальные для этого возраста, мы учли и этот фактор. Использованные данные были взяты из различных источников, как итальянских, так и зарубежных. Данные по ребятам относятся к опыту Федеральной Футбольной Школы Аккуачетоза в Риме.

Максимальная скорость мяча (среднее значение) у взрослых игроков - 100 км/час.

Максимальная скорость мяча (среднее значение) у ребят 11 лет - 58 км/час.

Длина обычного поля 110 м.

Ширина обычного поля 70 м.

Используя математическое действие с пропорцией:

для длины $100 : 110 = 58 : x$ $x = 110 \times 58 / 100 = \mathbf{63,8 \text{ (м)}}.$	для ширины $100 : 70 = 58 : y$ $y = 70 \times 58 / 100 = \mathbf{40,6 \text{ (м)}}.$
---	--

Размеры идеального поля для категории «дебютанты» являются: **65 x 40 (метров)**.

Эти размеры, приблизительно соответствующие размерам поля, используемого в настоящее время в категории «малыши» (1/2 поля в поперечном направлении), можно было бы предложить, хотя бы на начальном этапе категории «дебютантов», продолжающих играть «7 против 7» игроков. Ясно, что пришлось бы полностью пересмотреть спортивный путь трех категорий.

Тем не менее, необходимо учитывать другой аспект, значительно обуславливающий развитие действий во время матча. Речь идет о таком параметре, как **плотность игры**. Он представляет собой **отношение между игровым пространством и количеством игроков** на поле:

- если плотность **большая**, а расстояние между товарищами и противником очень близкое, игрок во время игры в большой степени стимулируется в познавательном и техническом плане (прогнозирование, принятие решений, выполнение техники и т.д.). На практике сокращается время действия.
- если плотность **небольшая**, наоборот, игрок теоретически имеет больше легкости в своем действии в пространственно-временном плане, как на этапе обработки информации, так и выполнения.

По нашему мнению, идеально, опираясь на дидактику, учитывающую разнообразный опыт, было бы проводить тренировки в обеих дидактических ситуациях. Если мы подсчитаем значения плотности игры на обычном поле с 11 игроками в команде, и плотности, связанной с ситуацией уменьшенного поля (65 x 40 метров с 7 игроками в команде), то получим:

Плотность в ситуации с обычным полем $110 \times 70 = 7700/22 = 350$ м² на игрока (следовательно, плотность меньше).

Плотность в ситуации с уменьшенным полем $65 \times 40 = 2600/14 = 186$ м² на игрока (следовательно, плотность больше).

Первая ситуация характеризуется очень медленной игрой в целом и **способствует развитию и, особенно, применению базовой техники в ситуации соревнования**. Вторая, наоборот, в большой мере обеспечивает **игру с лета** и во многом приближается к характеристикам высшего уровня. Казалось трудно себе предположить, что у «дебютантов», играющих «7 против 7» на сокращенном поле, некоторые характерные аспекты игры проявляются больше по отношению к игре «11 против 11» на большом поле. Действительно, у взрослых также, говоря об игре с меньшей плотностью, этот фактор представляет собой теоретический показатель, поскольку плотность становится очень высокой из-за большого пространства действия, покрываемого каждым игроком (например, укороченные команды, как в поперечном, так и в продольном плане).

Как мы уже видели (рисунок о траектории перемещения), у ребят та же характеристика не присутствует.

В свете фактов, в формуле «7 против 7», необходимо учитывать следующие соображения:

- особый выбор сокращенных ворот по вертикальным и горизонтальным размерам (особенно при обеспечении фактора безопасности из-за того, что место установки в поперечном поле может остаться неизменным).
- нормы, предусматривающие команды, состоящие из, по крайней мере, 14 игроков: это означает, что, играя одновременно два матча (используя две ½ поля в поперечном направлении), одновременно можно вовлекать в игру 56 (14 x 4) юных футболистов. При игре 11 против 11, думая о командах, состоящих из 20 игроков, мы имеем за то же самое время игры только 40 ребят, почти на 28 % меньше.
- исходя из всего вышесказанного: на вступительном этапе, и как это представлено в руководстве, касаясь экспериментальной деятельности, проводимой на полях с ограниченными размерами и сокращенным количеством игроков, мы можем сделать вывод, утверждая, что на этапе подготовки юного футболиста необходимо учитывать не общее время игры (теоретическое), а фактическое время игры (время контакта с мячом).

14.9. СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ



Мы считаем очень важным, чтобы на этапе соревнования в этой категории им руководили квалифицированные руководители или специалисты. Более того, по правде говоря, одним из предложений Юношеского учебного сектора для футбольных школ, было привлекать к судейству футболистов этого общества, играющих в категориях «Учеников» или «Юниоров».

14.9.1. ЗНАТЬ ПРАВИЛА ИГРЫ



Сколько игроков и сколько специалистов в рамках своей деятельности читали «Правила игры в футбол»? Возможность выступать в качестве арбитра способствует ознакомлению с трудностями, встречающимися при чтении правил игры и лучшему поведению, как на поле, так и на трибунах. Все это принимается во внимание, а также культурная подготовка индивидуума. Поэтому Юношеский учебный сектор в сотрудничестве с Итальянской Ассоциацией Арбитров предлагает своим периферийным комитетам проводить курсы арбитров для руководителей и специалистов, которые должны привлекаться для этой работы в различных базовых категориях.

Важно, чтобы тренеры как можно подробнее знали правила игры, для того, чтобы могли правильно ознакомить с ними свою группу при помощи способов и терминов, соответствующих возрасту ребят. Поэтому мы приглашаем всех игроков, специалистов, руководителей и родителей посетить сайт Итальянской Ассоциации Арбитров (www.aiafgc.it), чтобы проконсультироваться по правилам игры в футбол и обратиться к практическому руководству, и, по возможности, организовать информационный курс внутри общества.

14.9.2. КОНТАКТ С СУДЬЕЙ



Факт того, что руководитель выступает в качестве арбитра, вместо настоящего арбитра, служит для ребят гарантией того, что встреча не будет синонимом «чемпионата», а скорее продолжением базовой подготовки, завершающейся на этом этапе, которая будет продолжена в более специфической манере в последующих юношеских категориях. Действительно, очень часто происходит то, что ребята, кроме решения в данный момент вопросов тактико-технического плана, должны соизмерять свои силы с параметрами, касающимися модели игры, приближенной к взрослым, со всеми последствиями. Поэтому мы считаем своим долгом подсказать некоторые советы игрокам, специалистам, руководителям и футбольным обществам по аспектам, связанным с отношениями между руководителями – специалистами – арбитром - ребятами. Что касается игроков, неплохо сказать, что если вообще верно то, что только капитан может обратиться к арбитру за разъяснениями, в данных юношеских категориях дела обстоят немного по другому. Нетрудно догадаться, что юные футболисты этого возрастного периода нуждаются в

постоянных и многословных объяснениях из-за своего небольшого опыта (не всегда достаточного после 6 – 7 лет подготовки в футбольной школе). Поэтому необходимо, чтобы все имели возможность проконсультироваться у руководителя-арбитра и попросить разъяснения по своему вопросу.

С другой стороны, специалисты и руководители не должны думать об арбитра, как о человеке, от которого зависит победа или поражение в матче, а как о средстве, посредством которого ребята лучше узнают правила игры.

Во многих случаях этого не происходит. Возможно потому, что многим все видится по другому. Поэтому, как уже говорилось в начале, основным становится то, чтобы специалист прежде других ознакомился с правилами и динамикой судейства матча.

14.9.3. РЕКОМЕНДАЦИЯ ДЛЯ СУДЕЙ



Функцией судьи в этой категории должна с очевидностью стать подготовка юных футболистов, соревнующихся на поле, оставаясь в рамках правил игры, определяющих их свободу действий. Становится важным использование соревнования для объяснения им границ, до которых они могут пойти или каковыми являются ограничения, за которые они перешли. Заставить повторить ошибку вбрасывания из-за боковой не совсем правильным способом или объяснить причину, из-за которой была остановлена игра свистком (по причине опасной игры или положения вне игры) - будет лучшим способом, чем признание преимущества одной команды над другой (что не является правилом...). При этом ребята лучше узнают правила игры и поэтому лучше применяют свои технические умения в ситуации.

- от этапа конкретного мышления до мышления абстрактного (гипотетически-дедуктивное); от устного описания до реконструкции моторного действия;
- формулирует другие предположения; прогнозирование, разработка и планирование проблемных ситуаций (нападение – защита);
- развитие способности самокритики;
- формируется творческое мышление;
- улучшает включение в группу; развитие командного духа; принадлежность к группе;
- межличностные отношения преобразуются также в отношения, выходящие за спортивные рамки;
- отвечает требуемым тактическим запросам; творческое формирование умения;
- улучшает точность и внимание к деталям;
- этап неустойчивой готовности;
- застой (регресс) в моторных возможностях;
- направленное развитие физических способностей;
- первые ответы определенной чувствительности на определенные стимулы; большие ответы в соревнованиях;
- отношение к роли тренера.

Таблица 16 – Краткая психомоторная и общая характеристика - категория «Дебютанты».

	Технико-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Физико-моторный фактор
--	--------------------------------	-------------------------------	------------------------

Общие цели	<ul style="list-style-type: none"> ● создать предпосылки для стабилизации технических умений в разнообразных условиях: <ul style="list-style-type: none"> - в режиме временного давления (быстрота); - в режиме ситуации. ● техническое совершенствование/ новая техническая адаптация к изменяемым пропорциям тела. 	<ul style="list-style-type: none"> ● укрепление способности самоконтроля, самостоятельности и объединения. ● решение личных и коллективных проблем на этапе нападения и защиты; ● выработка тактических задач по отношению к задачам товарищей; ● формирование предполагаемого мышления на основе устной формы; ● совершенствование в применении рабочих схем, характеризующих систему игры; ● приобретение тактических индивидуальных и коллективных принципов на этапе нападения и на этапе защиты; ● Уметь контактировать в ситуации 11 : 11. 	<ul style="list-style-type: none"> ● стабилизация и укрепление координационной сферы; ● адаптация общих моторных способностей; ● развитие общих уловных способностей.
Особые задачи	<ul style="list-style-type: none"> ● ведение мяча с противником; ● направленный контроль мяча; ● улучшение удара по воротам с мячом в движении; ● технический контроль движения в режиме скорости (с противником); ● усовершенствование удара головой; ● улучшение слабой ноги; ● удар в воздухе; ● бег: с противником в противодействии – преследовании; ● формирование умственной и моторной организации обманного движения; ● направление ударом: передача в свободную зону со многими направлениями вмешательства (резаный пас и удар по воротам); ● направление ударом головой, в воздухе, в акробатическом движении; ● прием: способность прогнозирования. 	<ul style="list-style-type: none"> ● способность применять движение в ситуации соревнования; ● общие тактические принципы этапа владения и не владения мячом; ● перемещение: обманные движения без мяча; применение тактических ориентиров и уточнений (схемы, организованные действия нападение – защита); ● укрепление понятия активной и пассивной зоны; ● индивидуальное и коллективное тактическое развитие на этапе владения мячом: завоевание пространства при ведении мяча и в сотрудничестве; ● индивидуальное и коллективное тактическое развитие на этапе не владения мячом: опека игрока и опека в зоне; ● умение предложить помощь и поддержку. 	<ul style="list-style-type: none"> ● укрепление аэробной мощности (метаболическая плоскость); ● улучшение нервно – мышечной реакции; ● усиление быстроты; ● сохранение подвижности суставов.
Содержание	<ul style="list-style-type: none"> ● ситуации отставания (преследующий противник, изменение скорости и т.д.); ● противник на линии; ● действия при численном превосходстве и меньшинстве; ● стимуляция технического движения при временном давлении и полуактивном 	<ul style="list-style-type: none"> ● индивидуальные действия удара при наличии противника; ● 1 против 1 в зоне атаки; ● игровые ситуации с защитником, противостоящим сбоку (контратака); ● 1 против 1 в различных игровых ситуациях (при боковой, фронтальной поддержке и т.д.); 	<ul style="list-style-type: none"> ● развитие аэробного механизма в ситуации (непрерывная работа); ● игры-эстафеты с мячом и без него (спринт, технические комбинации и т.д.); ● игра и деятельность с мячом для стимуляции подвижности различных

	<p>противнике;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● техническая деятельность в парах и изучение низкой, по траектории, передачи и приема и т.д. ● игровые ситуации 1 против 1 в различных видах: обманное движение и дриблинг; ● футбол – теннис, бычок, немецкий футбол, стимуляция технических движений в различном виде. 	<ul style="list-style-type: none"> ● 2 против 1; 2 против 2; 3 против 2; 3 против 3; 4 против 3 простые ситуации; ● игры соревнования; ● матчи: атака против обороны; ● игровые ситуации подразделения; ● изучение и анализ простых ситуаций с неактивным мячом; ● игры и матчи с техническими, пространственными, временными связями и принятием решения о наступлении; ● соревнования и соревновательные игры при сильном численном превосходстве. 	<p>суставов;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● предшествующие атлетическим упражнения (различный режим движения и т.д.); ● моторные маршруты и развитие чувства мяча.
--	--	---	--

Таблица 17 – Общие и особые цели, содержание годовой дидактической программы категории «Дебютанты».

ОПЕРАТИВНЫЕ (РАБОЧИЕ) КАРТОЧКИ

КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТОВ»

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 1

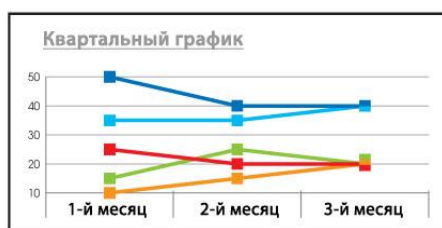
КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

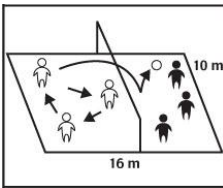
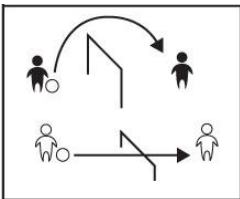
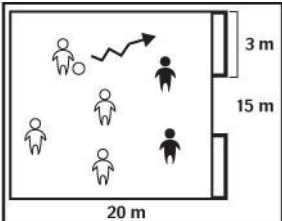
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> В этом месяце начинается дидактическая деятельность, запланированная после предыдущего периода знакомства ребят и тренеров. Во время предыдущего периода деятельность была в основном игрового характера, и были проведены вступительные технические/физические тесты. В данном периоде упор сделан на дидактическую деятельность с большой долей технических/восприимчивых/чувственных элементов для стимуляции уже организованных умений. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Месячный график</caption> <thead> <tr> <th>Фактор</th> <th>1-я неделя</th> <th>2-я неделя</th> <th>3-я неделя</th> <th>4-я неделя</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Техничко-координационный фактор</td> <td>50</td> <td>50</td> <td>40</td> <td>60</td> </tr> <tr> <td>Тактико-познавательный фактор</td> <td>30</td> <td>30</td> <td>40</td> <td>40</td> </tr> <tr> <td>Коллективные игры и игровые ситуации</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>30</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>Матчевые игры</td> <td>10</td> <td>10</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>Физико-моторный фактор</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table>	Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Техничко-координационный фактор	50	50	40	60	Тактико-познавательный фактор	30	30	40	40	Коллективные игры и игровые ситуации	20	20	30	30	Матчевые игры	10	10	10	10	Физико-моторный фактор	20	20	20	0	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Передача/прием Направлять мяч ударом в воздухе ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Занятие позиции модель игры 4 – 3 – 3 Отрыв от противника Вход в игру сбоку ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Способность реакции/быстроты <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя																												
Техничко-координационный фактор	50	50	40	60																												
Тактико-познавательный фактор	30	30	40	40																												
Коллективные игры и игровые ситуации	20	20	30	30																												
Матчевые игры	10	10	10	10																												
Физико-моторный фактор	20	20	20	0																												
<p>ПРИМЕЧАНИЕ: _____ _____ _____</p>																																

УРОК №1

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 1
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Индивидуальная техника. ● Нервно – мышечная чувствительность. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Деятельность по развитию чувства мяча 20' ● Футбол - теннис 15' <p>ДИДКТИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бить по мячу над и под лентой 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Отрыв от противника <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 4 против 2 - гол в маленькие ворота 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободная игра 9 против 9 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель: Быстрота - скорость</p> <p>ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧОМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Челнок 8 м + 8 м и 2 против 1 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол - теннис 15' ● Челнок 8 м + 8 м и 2 против 1 20' ● Чувство мяча 20' ● Бить по мячу над и под лентой 15' ● 4 против 2 - гол в маленькие ворота 20' ● Свободная игра 9 против 9 10' <p>Количество ребят:</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● направлять мяч ударом в воздухе. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● владение мячом; ● помощь. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность реакции; ● подвижность суставов. 	

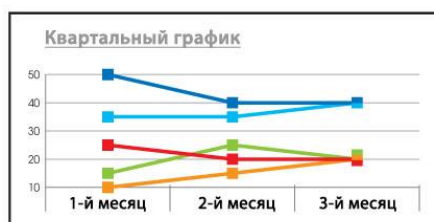


УРОК №1: ИГРАЕМ В ФУТБОЛ - ТЕННИС

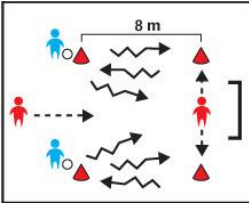
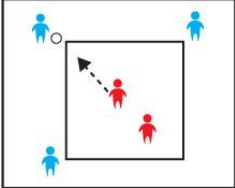
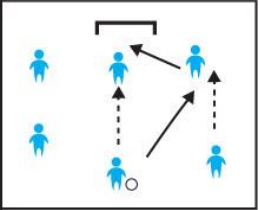
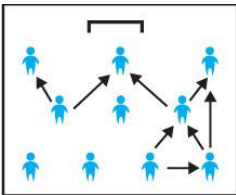
Футбол - теннис	Челнок 8 + 8 м и 2 против 1	Бить по мячу над/под лентой	4 против 2 – гол в маленькие ворота	МОДУЛЬ 1
<p>Эта игра способствует ориентации в пространстве и умению точно направлять мяч ударом, содействуя обучению параболическим траекториям.</p>  <p>Играют 3 против 3 на игровой площадке размерами 16 x 10 м, разделенной лентой (сеткой). Команды посылают мяч на поле противника, где игроки пытаются не допустить двух последовательных отскоков мяча. Мяч должен отскочить только один раз до его касания. Играют до трех касаний мяча максимально, каждой командой перед тем, как отослать мяч на поле противника.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • чередование игроков. • каждое касание мяча другим игроком. 	<p>В первой части упражнения «челнок» стимулируется частота движения и скорость. Во второй части требуется быстрое решение моторного задания (2 против 1).</p>  <p>Игроки А и В выполняют два 8-метровых перемещения (туда и обратно). Тот, кто первым достигнет мяча, передает его товарищу (А' или В'). Пара, захватившая мяч, нападает, в то время как другая защищает одним игроком и одним вратарем (теми, кто проиграл игру в челнок). Каждая попытка 45/50 секунд. Каждая серия состоит из 6 попыток. Для каждой серии предусмотрен «активный» перерыв в 3 минуты.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • А' и В' передают мяч. • подбрасывание мяча. • выполнять прыжки на месте. • прыжки со скакалкой. 	<p>Улучшает способность выполнения низкого мяча подъемом/внутренней стороной стопы и удара по траектории внутренней стороной стопы/подъемом (над или под лентой); способствует обучению способности удара для перевода мяча в относительно далекую зону поля.</p>  <p>Парное упражнение. Ученики бьют по остановленному мячу и принимают его над (траектория) или под лентой.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • бить правой и левой ногой. • бить по мячу в движении. 	<p>Перемещение (отрыв от противника) в зависимости от движения мяча и противника. Владение мячом способствует способности ориентации в пространстве в положении оказания помощи (передача и прием в игровой ситуации). У защитников стимулируется адаптация к ситуации в меньшинстве.</p>  <p>На игровом поле 20 x 15 м 4 нападающих против 2 защитников соревнуются между собой, пытаясь забить гол, ведя мяч к боковым маленьким воротам, шириной 3 м. Защитники активны.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • включение пятого нападающего, исполняющего роль центрального нападающего (игра в стену). 	<p>Основная техническая цель: ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ТЕХНИКА</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол - теннис 15' • Челнок 8 м + 8 м и 2 против 1 20' • Чувство мяча 20' <p>Отношение мячей 1:1, упражнения на индивидуальную технику, ведение, подбрасывание, поиск восприимчиво – моторной чувствительности, верная нервно-мышечная нагрузка.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бить по мячу над и под лентой 15' • 4 против 2 - гол в маленькие ворота 20' • Свободная игра 9 против 9 10' <p>Проверка способности находить верные решения в игре</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Конусы • Кольшки <p style="text-align: center;"><i>«Тот, кто решается сделать что-то, зависит от тебя».</i> Р. Бах.</p>

УРОК №2

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 1
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Передача/прием при давлении. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбольные режимы движения на ритмической основе (бубен) 15' ● Футбол - теннис 10' <p>ДИДКТИЧЕСКАЯ ГИБКОСТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Квадрат отрыва от противника с 2 активными защитниками 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Движение нападающих <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Движение нападающих и подключение 15' ● Занятие позиции, модель игры 4-3-3 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра по теме 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель: Быстрота - скорость</p> <p>ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧОМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Челнок 8 м + 8 м и 2 против 1 с преследователем 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол - теннис 10' ● Челнок с преследователем 20' ● Футбольные режимы движения 15' ● Квадрат отрыва от противника 15' ● Движение нападающих и подключение 15' ● Занятие позиции при 4-3-3 15' ● Игра по теме (владение мячом/ подключение сбоку) 10' <p>Количество ребят: _____</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● направлять мяч ударом в воздухе. ● чувствительность восприятия 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● отрыв от противника /опека противника; ● включение сбоку. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность реакции; ● подвижность суставов. 	



УРОК №2: ИГРАЕМ В СТЕНУ

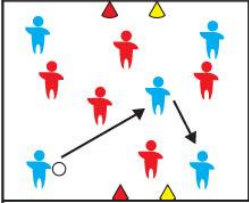
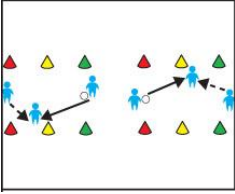
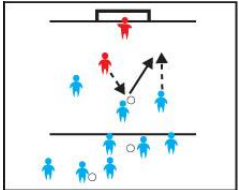
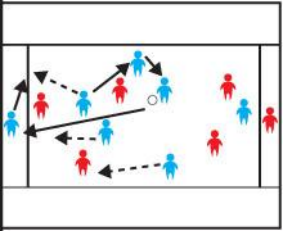
Челнок с преследователем	Квадрат отрыва от противника	Движение нападающих и подключение	Занятие позиции в игре 4-3-3	МОДУЛЬ 1
<p>Первая часть упражнения стимулирует развитие скорости и нервно-мышечной координации. Во второй части, игровой период 2 против 1, действие преследующего защитника стимулирует быстрый выбор решения.</p>  <p>Игра развивается при участии двух нападающих и двух защитников (один встречает нападающих, а второй – преследует). По сигналу каждый игрок выполняет быстрый челнок 8 + 8 м, после чего начинается игровое действие 2 против 1 с преследуемым защитником. Каждая попытка 45/50 секунд. Каждая серия состоит из 6 попыток. Для каждой серии предусмотрен активный перерыв в 3 минуты.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> каждый нападающий имеет мяч и выполняет ведение и удар по воротам. 	<p>Прием в движении (отрыв от противника) способствует точности передачи под давлением защитников (опека противника).</p>  <p>Ученик, имеющий мяч, должен иметь две возможности для передачи. Защита активна. Защита L-образная: один защитник идет к мячу, другой выгадывает время.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> последующие передачи. передача по прошествии 5 секунд. 	<p>Способствует обучению коллективным схемам действия-ведения, что позволяет отсутствию защитников. Исследование игры в стену и подключение сбоку.</p>  <p>3 нападающих (1 центральный и 2 боковых) и 3 центральных игрока, как показано на рисунке. Центральный центрровой играет в стену с центральным нападающим, затем сходу вступает боковой центрровой, который бокового нападающего внутрь, позволяет такое подключение. Действие завершается резаным пасом или ударом по воротам.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> подключение двоих полуактивных/активных защитников. подключение со слабой стороны. 	<p>Схема коллективного действия. Тактическое задание по отношению к положению на поле и мячу. Этап формирования коллективного тактического мышления и поиска решений игры.</p>  <p>Положение игроков на поле в соответствии с моделью игры 4-3-3. Передвижение игроков согласовано по отношению к положению мяча на этапе владения и не владения им. Создание игровых треугольников.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> проверять этап владения и не владения мячом. подключение полуактивных защитников (в меньшинстве). 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕДАЧА И ПРИЕМ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол - теннис 10' Челнок с преследователем 20' Футбольные режимы движения на ритмичной основе 15' Ведение мяча различными частями ноги. Техническое выполнение при ритмичном такте (бубен) 15' Квадрат отрыва от противника 15' Движение нападающих и подключение 15' Занятие позиции при 4-3-3 15' Игра по теме (владение мячом/подключение сбоку) 10' Владение мячом и подключение сбоку. <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Конусы Колышки <p style="text-align: center;"><i>«Мотивация - это двигатель обучения».</i> Р. Бах.</p>

УРОК №3

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 1
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Передача и прием. ● Передача и прием сходу. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра руками 30' ● Моторное сочетание ● Передача и прием по парам в пространстве 30' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Отрыв от противника <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 3 против 1 по очереди 30' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Матч 5 против 5 при владении мячом 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель: Быстрота - скорость</p> <p>ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧОМ</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Передача и прием по парам в пространстве 30' ● Игра руками 30' (передача и прием сходу) ● 3 против 1 по очереди 30' ● Матч 5 против 5 при владении мячом 10' <p>Количество ребят:</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● выход из трудного положения при поддержке 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● понятие поддержки и соответствующее тактическое разъяснение при владении мячом 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p>	



УРОК №3: ПЕРЕДАЙ И ПОЛУЧИ В ДВИЖЕНИИ

Матч руками (передача и прием)	Передача и прием по парам в пространстве	Игровая ситуация 3 против 3 по очереди	Матч 5 : 5 – владение мячом с передачей в глубину	<u>МОДУЛЬ 1</u>
<p>Способность реакции/быстроты в ограниченном пространстве, что облегчает занятие пространства.</p>  <p><i>Игра заключается в проведении матча руками на ограниченном поле, размерами (10 x 15 м). Мяч не должен касаться земли, и передача выполняется обеими руками по горизонтальной траектории (не параболической). Запрещается бежать с мячом в руках (быстрая передача, максимум в течение 2 секунд) и физический контакт. Производится поиск для занятия свободного пространства каждым игроком с мячом, гол засчитывается при ударе мяча головой внутрь маленьких ворот.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передача руками может выполняться как по горизонтальной, так и параболической траектории. ● мяч может касаться земли. ● мяч посылается в воздух внутренней стороной стопы. 	<p>Для улучшения качества передачи и приема посредством различных траекторий мяча в прилегающем пространстве (действие передачи следует после действия опеки противника).</p>  <p><i>По парам в двух прилегающих квадратах (10 x 15 м + 10 x 15 м) выполняются передачи и приемы в различных направлениях, стараясь выполнить качественно и точно опеку противника, которая должна быть до передачи. Мяч необходимо посылать низким сильным ударом внутренней стороной стопы на поле товарища. Исходя из траектории мяча, необходимо анализировать пространство и прием. После приема игрок посылает мяч товарищу и переходит в центр.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передача по параболической траектории. ● с игрой в стену. 	<p>Численное превосходство позволяет на этапе владения мячом находить лучшие решения для выполнения передачи после отрыва от противника. Эта игровая ситуация служит поиску постоянного движения без мяча и последующему улучшению для защитников прикрытия ворот, при владении мячом.</p>  <p><i>В ворота ведутся наступательные действия по очереди, 3 против 1 с конечным ударом по воротам. Завершающий удар по воротам должен выполняться на скорости. В зависимости от количества ребят рекомендуется включить в каждое из двух действий еще одного защитника для поддержки товарища, защищавшего ворота.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● после 5 последовательных передач... 	<p>Посредством владения мячом исследуется «понятие отрыва от противника и передачи в глубину». Передача выполняется после того, как товарищ оторвется от противника, поэтому, как только мяч получит другой товарищ, он должен оторваться от противника для его приема.</p>  <p><i>В прямоугольнике (25 x 40м) после выполнения последовательных передач, мяч посылается в глубину низким ударом или по параболе товарищу, находящемуся в зоне. Очко засчитывается, если товарищ, принимающий мяч, выполняет обратный пасс одному из товарищей, спешащих на помощь.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● после 6 передач гол засчитывается, если один из товарищей оторвется от противника для приема мяча. 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕДАЧА И ПРИЕМ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Передача и прием по парам в пространстве 30' ● Игра руками 30' (передача и прием сходу) ● 3 против 1 по очереди 30' ● Матч 5 против 5 при владении мячом 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 90'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Конусы ● Колышки <p style="text-align: center;">«Специалисты должны способствовать развитию спортивного и человеческого потенциала у учеников».</p> <p style="text-align: center;">Документ о правах SGS.</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 2

КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Особенность этого возрастного периода заключается в том, что ребята становятся умелыми в автоматизации движения и постепенно распределяют внимание на элементы, более связанные с восприятием проприоцептивного вида, чтобы направлять его на внешние характеристики ситуации-упражнения. Поэтому в построении технических/тактических умений, кроме метода аналитического повторения технического действия, будет полезным испытать умения, выученные в дидактических стабильных ситуациях, то есть без сильных изменений по сравнению с игровыми ситуациями, всегда более открытыми изменениям. Различные предлагаемые ситуации будут стимулировать способность лучше решать игровые задачи в ситуациях, очень близких к реальным условиям, и всегда более творчески.



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:
Передача и прием в движении
Направлять мяч ударом в воздухе, чтобы его срезать
Направить мяч ударом сходу
- ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:
Поддержка при владении мячом
Опека противника
- ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:
выносливость

№ УРОКА: _____

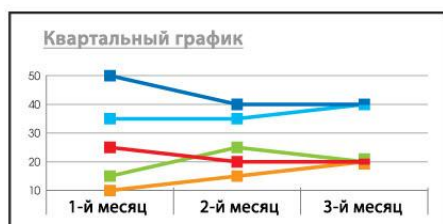
№ НЕДЕЛИ: _____

№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

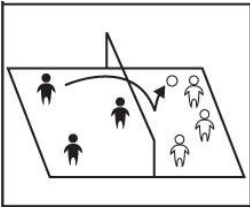
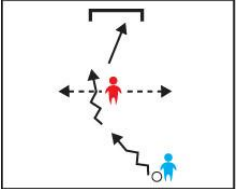
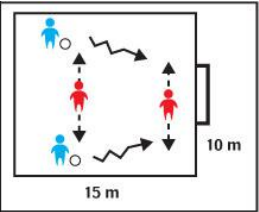
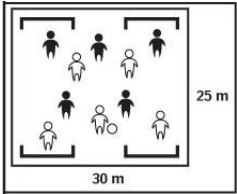
Примечание: _____

УРОК №4

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 2
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Передача и прием в движении. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол - теннис – турнир 10' <p>ТЕХНИЧЕСКАЯ КОМБИНАЦИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ведение, дриблинг и удар по воротам 15' ● Непрерывно 2 против 1 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Помощь и смена игры <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра при 4 воротах 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра по теме 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие выносливости <p>ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧОМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Раздельный метод в игре 2 против 2 25' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол - теннис – соревнование, турнир 10' ● Раздельная игра 2 против 2 25' (смотри следующий урок) ● Ведение, дриблинг и удар по воротам 15' ● Непрерывно 2 против 1 20' ● Игра при 4 воротах 20' ● Игра по теме 10' (владение мячом/помощь /боковое включение) <p>Количество ребят:</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Колышки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● дриблинг; ● удар по воротам. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● владение мячом; ● боковые включения 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота и скорость движения 	

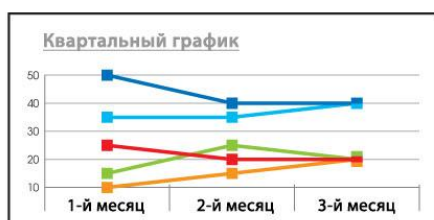


УРОК №4: ИГРАЙ, ТВОРИ И ЗАБИВАЙ ГОЛ

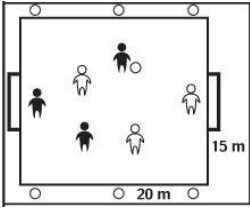
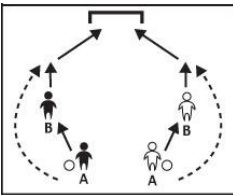
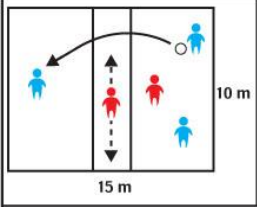
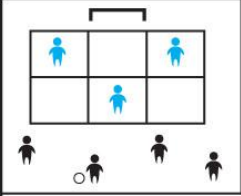
Футбол теннис - турнир	Ведение, дриблинг и удар по воротам	Непрерывно 2 против 1	Игра при 4 воротах	<u>МОДУЛЬ 2</u>
<p>Этот вид деятельности предлагается с проведением турнира внутри группы. На этом этапе восприимчивой чувствительности (удар после отскока одним касанием мяча) ученик стимулируется для удара по мячу в воздухе и ориентации в пространстве.</p>  <p>Внутренний турнир 3 против 3 по итальянскому типу розыгрыша, на каждом уроке играется один матч. При каждом касании – отскок. Каждое касание может выполнять другой игрок. Смена позиций при каждом обмене мячом, может выполняться простой удар (то есть приниматься как ответ противника), а может и не приниматься. Побеждает команда, набравшая первой 16 очков.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • в случае наличия команд с различным количеством игроков, игроки отдыхающей команды используются для замены. • менять высоту ленты. 	<p>Стимулирует этап преодоления противника и быстрое завершение атаки ударом по воротам, решая задачу игры.</p>  <p>Используя квадрат в качестве пространства для выполнения упражнений, игрок, владеющий мячом, стартует от одного угла, ведя мяч к воротам и встречаясь с защитником. Нападающий пытается преодолеть с помощью дриблинга защитника и быстро ударить по воротам. То же самое происходит и на обратной стороне.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • возможность попросить помощи у товарища по атаке. • при ведении мяча выполнить наложение. 	<p>Способствует способности стабилизации поведения передача/прием и решению игровой задачи в динамической и творческой форме</p>  <p>На игровом пространстве 15 x 10 м соревнуются две пары игроков. Целью игры является забить гол в условиях двух линий защиты противника, имея в наличии 10 попыток. Смена ролей. Защитник может далеко двигаться вперед.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • применять только внешнюю ногу, по отношению к направлению. • применять только внутреннюю ногу. 	<p>Тактическая адаптация на этапе владения и не владения мячом в игре, предлагающая разные цели (4 ворот). Способствует владению мячом. Стимулирует смену игры и этап оказания помощи.</p>  <p>Две команды, состоящие из 5 – 6 игроков, встречаются на поле 30 x 25 м. Каждая команда атакует двое маленьких ворот и защищает свои ворота. Создает особую приспособляемость при смене игры и при периферическом контроле. (С. Д Оттавио, 1990 г.).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • играть в три касания. • каждое наложение стоит одно очко (придать тактическую цель игре). 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕДАЧА/ ПРИЕМ В ИГРОВОЙ СИТУАЦИИ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол - теннис – соревнование, турнир 10' • Раздельная игра 2 против 2 25' (смотри следующий урок) • Ведение, дриблинг и удар по воротам 15' • Непрерывно 2 против 1 20' • Игра при 4 воротах 20' • Игра по теме 10' (владение мячом/помощь /боковое включение) <p>Стимулируется владение мячом, помощь (при атаке и в защите) и включение в игру сбоку</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Колышки <p style="text-align: center;"><i>«Футбол - это игра для всех, и она должна практиковаться везде».</i> УЕФА</p>

УРОК №5

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 2
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Направление ударом, чтобы срезать мяч/ ударить по воротам. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол - теннис – внутренний турнир 5' <p>ТЕХНИЧЕСКАЯ КОМБИНАЦИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Совмещение и удар по воротам 15' ● «3 против 2» передача мяча 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● опека противника. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Изучение оборонительных движений 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра по теме 10' <p>Владение мячом/ занятие позиции/ включение в игру сбоку</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободная игра 10' <p>Проверка знаний за период</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Выносливость <p>ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧОМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Раздельно 2 против 2 с мячом 25' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол - теннис 5' ● Раздельно 2 против 2 с мячом 25' ● Совмещение и удар по воротам 15' ● «3 против 2» передача мяча 15' ● Оборонительные движения 20' ● Игра по теме 10' ● Свободная игра 10' <p>Количество ребят: _____</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● передача и прием в движении. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● занятие позиции; ● оборонительная помощь. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрота и скорость движения 	

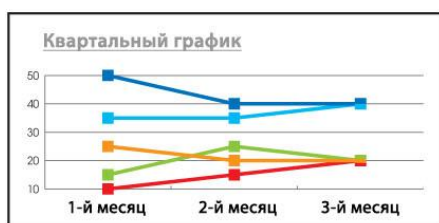


УРОК №5: Я ВКЛЮЧАЮСЬ В ИГРУ И ИДУ, ЧТОБЫ УДАРИТЬ ПО ВОРОТАМ

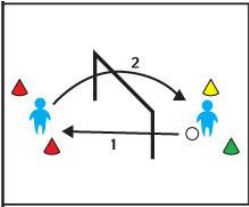
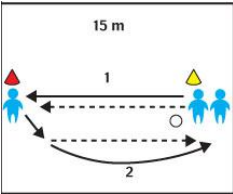
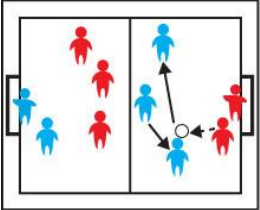
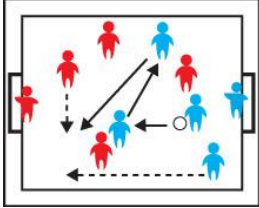
Раздельно 2 против 2	Совмещение и удар по воротам	3 против 2 передача мяча	Изучение оборонительных движений	<u>МОДУЛЬ 2</u>
<p>Этот вид упражнения, выполняемого с мячом в виде соревнования, способствует укреплению азробного потенциала.</p>  <p><i>В пространстве, размером 20 x 15 м соревнуются без перерыва две команды, каждая состоит из 2 игроков плюс два вратаря. Поэтому мяч всегда должен быть в игре (запасные мячи должны находиться наготове к игре на краю поля). Продолжительность игры 4 минуты, из которых каждые 20 секунд игры предусмотрены 15 секунд перерыва. Игра должна повторяться 3 раза (серии). Между одной и другой серией предусмотрены 2 минуты перерыва.</i></p>	<p>Стимулирует понятие включения в игру (дай и следуй). Способствует этапу корректировки удара по воротам с мячом в движении.</p>  <p><i>Игрок «А» передает мяч игроку «В» и выполняет совмещение (дай и следуй), получает обратный пасс и, ускорившись к центру, бьет по воротам. То же происходит на другой стороне.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «А» не бьет по воротам, а выполняет резаную подачу «В», который бьет по воротам. • включить «активного» защитника. 	<p>Этой игровой ситуацией стимулируется стабилизация технических умений передачи и приема в разнородной дидактической ситуации при активных защитниках.</p>  <p><i>Игровое пространство 15 x 10 м делится на два. На одной половине поля играют 2 против 1 с целью передачи мяча товарищу, находящемуся на противоположной половине. Другой защитник защищает центр по коридору. Когда мяч пересекает половину середины поля, создается та же самая ситуация на другой половине поля (защитник в коридоре входит в зону, другой защитник входит в коридор); нападающий, выполнивший передачу, следует за мячом.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • в три касания. • сократить игровое пространство. 	<p>Этап опеки противника. Служит для осознания схем оборонительных действий. Определяются задачи отделений, способствуя менталитету коллективной обороны.</p>  <p><i>Игровое пространство делится на шесть частей. Игроки становятся на позиции защиты по отношению к перемещению мяча. Этап опеки противника.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • играть в три касания. • Каждое наложение стоит одно очко (придать тактическую цель игре). 	<p>Основная техническая цель: УДАР ПО ВОРОТАМ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол-теннис 5' • Раздельно 2 против 2 с мячом 25' • Совмещение и удар по воротам 15' • «3 против 2» передача мяча 15' • Оборонительные движения 20' • Игра по теме 10' <p>Занятие оборонительного положения. Владение мячом. Боковое включение в игру.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свободная игра 10' <p>Проверка знаний за период</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Колышки <p style="text-align: center;"><i>«Дети учатся тому, что переживают: если с ребенком обращаются с терпимостью, он учится быть спокойным, и он сам будет более терпимым».</i></p>

УРОК №6

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 2
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Направление ударом в воздухе. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол-теннис 35' <p>ТЕХНИЧЕСКАЯ КОМБИНАЦИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Совмещение и удар по воротам 15' • «3 против 2» передача мяча 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • опека противника. (занятие позиции) <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • «3 против 1» на двух смежных полях 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> • «5 против 5» с занятием позиции 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Особая выносливость • Последовательный прием и передача мяча в траектории по параболе 25' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Прием и передача мяча в траектории по параболе через ленту 35' • Последовательный прием и передача мяча в траектории по параболе 25' • «3 против 1» на двух смежных полях 20' • «5 против 5» 20' <p>Количество ребят: 100'</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Колышки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • передача и прием. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • отрыв от противника в пространстве, выжидание момента и положение тела на оборонительном этапе. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • быстрота и скорость движения 	



УРОК №6: В ПОИСКЕ ПОДАЧИ «С ЛЕТУ»

Подача и прием по параболе через ленту	Последовательный прием и передача мяча в траектории по параболе	3 против 1 на двух смежных полях	5 против 5 с занятием позиции	<u>МОДУЛЬ 2</u>
<p>Возможность применения передачи по параболической траектории облегчает некоторые ситуации, которые до этого ученик не был в состоянии решить, и проецирует их на игровое поле. Он может решать сложные ситуации, такие как смена игры с активной зоны на пассивную, или завоевать пространство в глубину с вертикальным ударом.</p>  <p>В прямоугольнике низкий мяч передается под лентой товарищу, находящемуся в 15 м напротив, который, нанося удар, с первого раза должен по параболической траектории перебросить мяч через ленту, привязанную на высоте около полутора метров. Следующий прием товарища должен быть выполнен внутренней стороной стопы.</p>	<p>Прием мяча в продолжении и последующий резаный пасс позволяет ученику найти немедленное решение возможного давления или противостояния с противником и улучшает способность выносливости. Придание скорости игре позволяет выполнить более быстрое и динамичное наступательное действие.</p>  <p>Трое игроков расположены на расстоянии 15 м друг напротив друга (расстояние изменяется). После низкого пасса игры «дай и следуй» выполняется передача внутренней стороной стопы с последующей резаной передачей товарищу, находящемуся в ожидании (спринт).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> по трое с товарищем, находящимся по центру, который выполняет игру в стену и меняется с товарищем. 	<p>Ситуация 3 против 1 на наступательном этапе на двух смежных полях является видом матча, в котором одновременно принимают участие в динамичной и развлекательной форме 8 ребят. Численное превосходство в этом случае вызывает постоянный поиск свободного пространства, для чего защитники должны, в зависимости игрока, владеющего мячом, выбрать верную позицию для проведения эффективного оборонительного действия. Основной целью является опека противника (занятие позиции).</p>  <p>На двух смежных полях играют матч «3 против 1 + вратарь». После того, как мяч попадает к защитнику, он должен быть передан или низким ударом, или по траектории товарищам, находящимся на другом игровом поле. Защитники не могут перейти среднюю линию. Гол засчитывается, если выполнен «с лету».</p>	<p>Применение игры в стену, позволяет предложить в матче техническое движение, которое было изучено в предыдущих упражнениях.</p>  <p>На большом игровом поле (25 x 50 м) происходит игра 5 против 5. На наступательном этапе используют правило игры в стену, третья передача выполняется в глубину другому товарищу, который ищет свободное пространство. Защитники должны применять пассивную защиту против нападающего, выполняющего игру в стену, и она становится активной после передачи по траектории в закрытое пространство, в сотрудничестве с защищающимся отделением.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> средняя зона для нападающего, принимающего вертикальную передачу и играющего в стену (нейтральная зона). 	<p style="text-align: center;">Основная техническая цель: УДАР ПО МЯЧУ «С ЛЕТУ»</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> Прием и передача мяча в траектории по параболе через ленту 35' Последовательный прием и передача мяча в траектории по параболе 25' 3 против 1 на двух смежных полях 20' 5 против 5 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки <p style="text-align: center;">«Дети имеют право пользоваться здоровой окружающей средой и заниматься спортом в полной безопасности и защите собственного здоровья». Документ о правах SGS</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 3

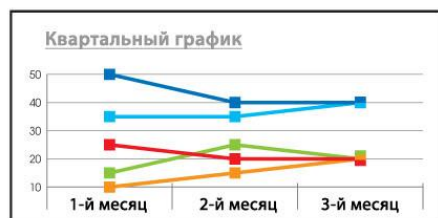
КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

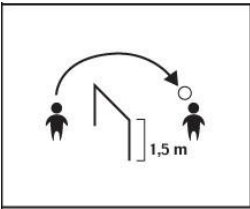
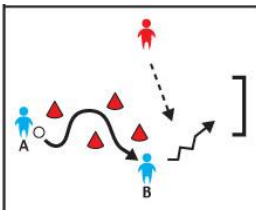
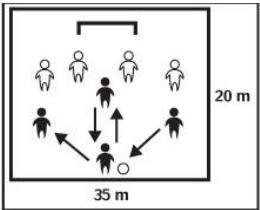
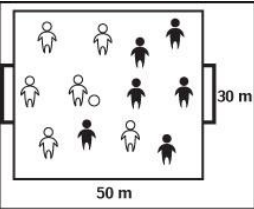
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Моделью основных характеристик игры в футбол является ее ситуативный характер. В организации тактических умений будет своевременным использовать методику, отделяющую основные действия игры и такие формы как «ключевые действия». ● Знание и признание ключевых действий со стороны преподавателя и ученика облегчит во время выполнения упражнения творческое решение задачи. В этом периоде мы начинаем использовать большую тему «игры в стену», понимаемую как основной элемент для многих тактических решений (включение в игру сбоку, изменение игры, мяч в глубине). 	<p>Месячный график</p> <p>■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор</p>	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Удар головой Удар по воротам Направить ударом/принять Фронтальное противодействие ● ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Игра в центральную/боковую стену Перекрестное движение нападающих Включение в игру сбоку ● ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: выносливость <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p> <p>Примечание: _____ _____ _____ _____</p>
---	--	--

УРОК №7

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 3
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар головой. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис 10' <p>ДИДАКТИЧЕСКАЯ СТАБИЛЬНОСТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар головой по парам 15' <p>ТЕХНИЧЕСКАЯ КОМБИНАЦИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Выбери сторону 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Игра в стену <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> «4 против 4» игра в стену 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Игра по теме «6 против 6» 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Развитие выносливости <ul style="list-style-type: none"> Деятельность с мячом с перерывами 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис 10' Деятельность с мячом с перерывами 20' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар головой по парам 15' Выбери сторону 15' 4 против 4 «игра в стену» 20' Игра по теме 6 против 6 с «игрой в стену» 20' <p>Количество ребят:</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> направить ударом «с лету»; прием; удар по воротам. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> владение мячом; включение в игру сбоку. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> усиление мышечной силы 	

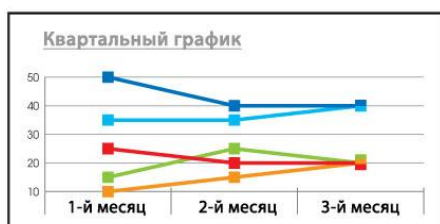


УРОК №7: ИГРАЙ В ВОЗДУХЕ...ГОЛОВОЙ

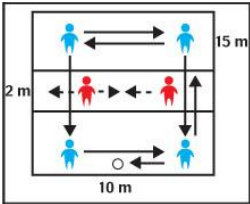
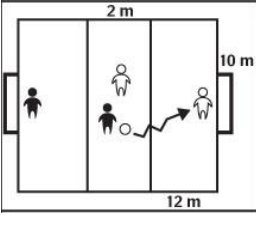
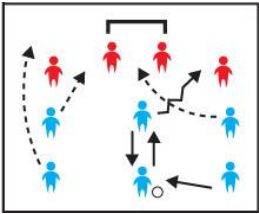
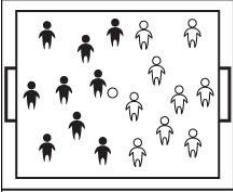
Удар головой	Выбери сторону	4 против 4 и игра в стену	6 против 6 по теме	<u>МОДУЛЬ 3</u>
<p>Аналитическая подготовка удара головой при фронтальном выполнении. Поиск правильности движения и точности удара.</p>  <p><i>Упражнение выполняется в паре: фронтальный удар с преодолением ленты, натянутой на высоте 1,5 метров.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> с места; подпрыгнуть, задержать ногами, остановить и ударить; с пробегом и задержкой ногами; с пробегом, прыжком с поддержкой. 	<p>Основной целью этого упражнения является забить мяч в сетку. Способствует ознакомлению с игровой ситуацией, реагируя на зрительный стимул. Способствует изучению дриблинга и преодоления противника (ситуация 1 против 1).</p>  <p><i>Игра предусматривает участие трех учеников. Игрок «А» выполняет слалом и направляется в сторону. Если он выбирает направление к игроку «В», то передает ему мяч, игрок «В» идет к воротам и бьет по ним, в то время, как игрок «С» становится защитником.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> менять расстояния. ученики В и С в ожидании выполняют определенный технический элемент (перебрасывание мяча/передачи). 	<p>Организация ключевого действия игры в стену; понятие и поиск решения. Поиск сотрудничества в отделеции.</p>  <p><i>На игровом пространстве 20 x 35 м соревнуются две команды, состоящие из 4 игроков каждая. Действие развивается на этапе игры в стену в центральной зоне и последующей смене игры (смотри рисунок). Необходимо найти постоянное решение игровых ситуаций, чтобы забить гол, проходя через «игру в стену».</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> использование активных/пассивных защитников. после этапа «стены», мяч в глубине для включения в игру сбоку. 	<p>Способствует обучению тактическому элементу «игры в стену» в ситуации соревнования.</p>  <p><i>Мини-матч 6 против 6/7, против 7 на ограниченном поле 30 x 50 м. Тема игры предусматривает возможность идти на забивание мяча после выполнения этапа «игры в стену».</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> гол засчитывается после выполнения тройной передачи. игра в три касания. в определенный момент игроков становится 18 и можно играть постоянно: после действия нападения команда отдыхает, в то время как защищавшаяся команда атакует другую финишную линию, на которой находится в ожидании третья группа и так далее... 	<p>Основная техническая цель: УДАР ГОЛОВОЙ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис 10' Направлять ударом «с лету». Изучение траекторий; стимулировать моторную координацию прогнозирования. Деятельность с мячом с перерывами 20' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар головой по парам 15' Выбери сторону 15' 4 против 4 «игра в стену» 20' Игра по теме 6 против 6 с «игрой в стену» 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки <p style="text-align: center;"><i>«Футбол - это творчество и динамичность».</i> УЕФА</p>

УРОК №8

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 3
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передача/прием в ситуации. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол-теннис 10' <p>ТЕХНИЧЕСКАЯ КОМБИНАЦИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передай мяч (1) 15' • Фронтальное противодействие 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра в стену <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 против 6 «игра в стену» 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра по теме 10' • Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выносливость • Деятельность с мячом с перерывами 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол-теннис 10' • Деятельность с мячом с перерывами 20' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передай мяч (1) 15' • Фронтальное противодействие 15' • 4 против 6 «игра в стену» 20' • Игра по теме 10' • Свободная игра 10' <p>Количество ребят: _____</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • направить ударом/принять в виде ситуаций. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • движение нападающих и включение в игру сбоку. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • усиление мышечной силы 	

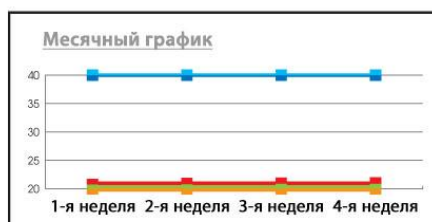


УРОК №8: ЗАВОЮЙ МЯЧ И ИДИ ВПЕРЕД


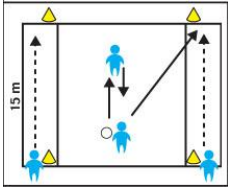
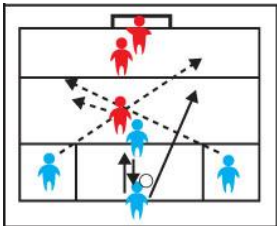
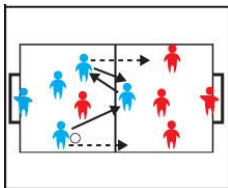
Передай мяч (1)	Фронтальное противодействие	4 против 6 – «игра в стену»	Игра по теме 9 против 9	МОДУЛЬ 3
<p>Способствует стабилизации поведения удара и приема мяча в гибкой дидактической обстановке и под давлением.</p>  <p>На игровом пространстве 15 x 10 м 4 атакующих имеют целью передачу мяча с одной половины поля на другую. 2 защитника, находящиеся в центральной зоне шириной 2 метра, пытаются помешать этому. Смена ролей.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • два защитника становятся каждый на одну половину поля для создания ситуации 2 против 1. • свободная игра 4 против 2, учитывается количество передач. 	<p>Стимулирует ознакомление с техническим движением «противодействие» и способствует смелости и решимости.</p>  <p>На игровом пространстве 12 x 10 метров игроки «а1» и «в1», находящиеся в центральной зоне, пытаются победить в противодействии, используя внутреннюю часть правой/левой стопы (действие давления-контакта с мячом). Победившие в противодействии, завершают упражнение голом с линии ворот противника, который защищается от остальных товарищей.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • победившие в противодействии завершают упражнение этапом 2 против 1 («в1» и «в» против «а»), «а1», ведущий противодействие, не вмешивается из-за 3-х метровых линии. 	<p>Изучение схемы действия на этапе «стены» способствует сотрудничеству и согласованию движений в отделеении.</p>  <p>6 нападающих против 4 защитников. Этап игры в центральную стену с пересекающимися действиями нападающих. Если центральный нападающий идет направо, то правый боковой идет в центр.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • боковая стена с включением в игру извне сбоку и последующее пересекающееся действие нападающих. 	<p>Тема игры стимулирует «игру в стену» и последующее пересечение атакующих или боковое включение в игру на полосе.</p>  <p>Это соревнование между 9 игроками в каждой команде, в ходе которого невозможно забить мяч, если до этого не выполнено действие «игры в стену».</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • гол засчитывается всегда, гол, выполненный при осуществлении «игры в стену», засчитывается с 2 очками. 	<p>Основная техническая цель: ФРОНТАЛЬНОЕ ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол-теннис 10' • Деятельность с мячом с перерывами 20' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передай мяч 15' • Фронтальное противодействие 15' • 4 против 6 «игра в стену» 20' • Игра по теме: матч 9 : 9 10' • Свободная игра 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 100' Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Кольшки <p style="text-align: center;"><i>«Ребята имеют право не быть чемпионами, а их должен окружать и готовить квалифицированный персонал, проводя тренировки, соответствующие их ритму».</i> <i>Документ о правах SGS</i></p>

УРОК №9

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 3
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар головой. Удар по воротам. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис с двумя парами 20' <p>ТЕХНИЧЕСКАЯ КОМБИНАЦИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> По трое в квадрате и удар по воротам 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Пересекающееся действие нападающих <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 4 против 2 с пересекающимися действиями 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> 5 против 5 с нападающим из-за линии 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Выносливость в спринте. Найди глубину 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Упражнения с лентой (футбол-теннис) 20' Найди глубину 20' По трое – «игра в стену» в квадрате и удар по воротам 20' 4 против 2 с пересекающимися действиями 20' 5 против 5 с нападающим из-за линии 20' <p>Количество ребят:</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> удар в воздух, передача и прием. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> отрыв от противника в свободном пространстве, владение мячом. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> быстрота 	



УРОК №9: НАЙДИ ПРОСТРАНСТВО И ИДИ К ВОРОТАМ

По трое – «игра в стену» в квадрате и удар по воротам	Найди глубину	4 против 2 с пересекающимися действиями	5 против 5 с нападающим из-за линии	МОДУЛЬ 3
<p>Эта ситуация выполняется нападающим, когда он находится спиной к воротам.</p>  <p>В большом квадрате (20 x 20 м) располагаются трое игроков в форме треугольника, взяв за ориентиры три угла квадрата. После передачи и действия поддержки (отрыв от противника) нападающего, к товарищу, находящемуся перед ним, и последующей «игры в стену», тот выполняет низкий пасс третьему товарищу, который ушел от противника в глубину к одному из оставшихся свободным углов и, получив передачу извне, бьет по воротам. Смена ролей происходит по часовой стрелке.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> с резаной передачей и ударом по воротам в конце (конечный пасс по траектории). обратный пасс одному из товарищей. 	<p>Выносливость в спринте, используя содержание, предусматривающее применение мяча. Технические цели: быстрота и точность выполнения.</p>  <p><i>Передача по диагонали в глубину после игры в центральную стену. Двое центральных игроков чередуются с двумя внешними, выполняя спринтерский бег. Старт к бегу подается, как только происходит подача назад. Спринт по парам с 30 - 40 секундами перерыва – 4 забега для каждой пары. Выполняют 5 повторений.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> в завершение удар по воротам. передача в глубину на край, не занятый товарищем, выполняющим игру в стену. 	<p>В этой игровой ситуации ребята стимулируются посредством игры в центральную или боковую стену при выполнении пересекающихся и боковых движений при наличии защитников.</p>  <p>В игровом пространстве 35 x 20 метров, разделенном на три сектора, соревнуются 4 нападающих против 2 защитников. 3 нападающих и 1 центровой располагаются, как это показано на рисунке. Центральной играет в стену с центральным нападающим и выполняет передачу в глубину нападающему, оставшемуся свободным от первого защитника. Каждый защитник защищает свой сектор. Центральный нападающий и центровой участвуют в действии для завершения ударом по воротам.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> игра во внешнюю стену с пересекающимися действием центрального нападающего. включая еще одного защитника. 	<p>Эта игра способствует, имея в виду численное превосходство, этапу владения мячом в оборонительной зоне и выполнению передач нападающему за линией, предлагая в качестве поддержки «игру в стену». Также стимулируется завоевание пространства в боковой и центральной зонах.</p>  <p>На игровом поле размером (20 x 35 метров) происходит игра 5 против 5 с 1 вратарем и 1 нападающим, находящимся вне средней зоны. Защитники не могут создавать препятствие нападающему (пассивная защита) до того, как он выполнит «игру в стену», затем они могут вмешиваться. 2 защитника могут преодолеть среднюю линию на наступательном этапе, создавая ситуацию 3 против 3.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> передача «дай и иди» нападающему. с конечной передачей по траектории одному из двух игроков. 	<p style="text-align: center;">Основная техническая цель: УДАР ПО ВОРОТАМ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Упражнения с лентой (футбол-теннис) 20' Найди глубину 20' По трое – «игра в стену» в квадрате и удар по воротам 20' 4 против 2 с пересекающимися действиями 20' 5 против 5 с нападающим из-за линии 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки <p style="text-align: center;"><i>«Родители должны считать своего сына личностью, которую необходимо воспитывать, а не чемпионом, которого необходимо тренировать».</i> Документ о правах SGS</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 4

КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Начальная игра, которой в этом случае является футбол-теннис, может быть преобразована в игру, больше влияющую на качество, характеристики и дидактические цели этого периода. Поэтому необходимо выбирать игры, которые мотивировали бы ребят перед началом урока быстрее адаптироваться к полю для игры в футбол- теннис.

- Рекомендуется как для выполнения целей физического развития, так и для задач особого характера всегда использовать (где это возможно) элемент мяча.

Месячный график



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Направить ударом/принять при дидактической стабильности
Удар головой при дидактической стабильности
Направить ударом/принять при дидактической гибкости

- ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Стена для включения в игру сбоку или резаному удару
Движение для движения нападающих
Изучение игровых ситуаций боковых ошибок

- ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
выносливость

№ УРОКА: _____

№ НЕДЕЛИ: _____

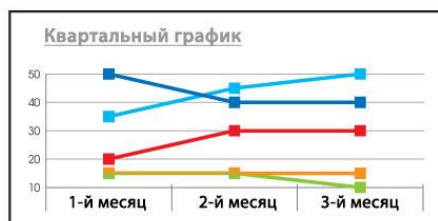
№

СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

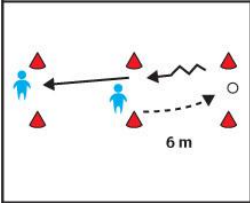
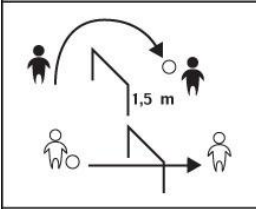
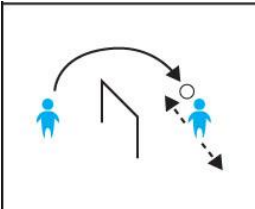
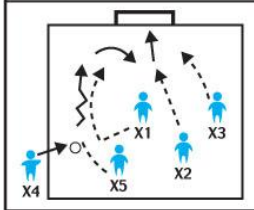
Примечание: _____

УРОК №10

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 4
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар головой. Передача и прием при дидактической стабильности. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ «в воздухе» 15'</p> <p>ДИДАКТИЧЕСКАЯ СТАБИЛЬНОСТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> Сверху/снизу 20' Удар головой. 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Изучение боковой ошибки. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Решения бокового нарушения правил 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Выносливость. Прерывистая деятельность с мячом 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис 15' Прерывистая деятельность с мячом 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> Сверху/снизу 20' Удар головой. 20' Боковое нарушение правил 20' Свободная игра 10' <p>Количество ребят: 100'</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> удар в воздухе 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> движения нападающих; включение в игру сбоку. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> подвижность суставов. 	

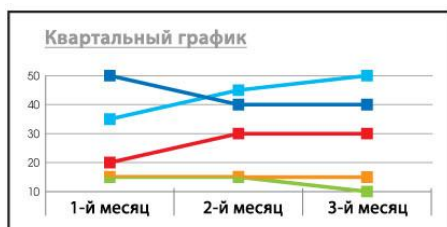


УРОК №10: ПЕРЕДАЧА НАД ИЛИ ПЕРЕДАЧА ПОД?

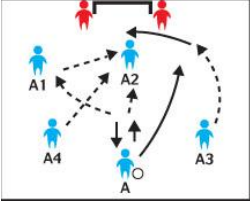
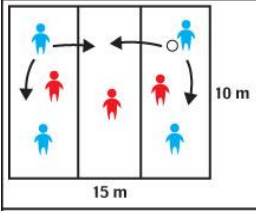
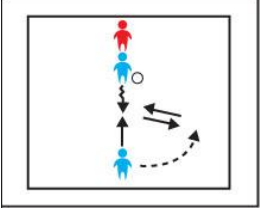
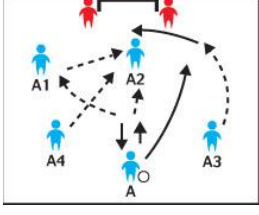
Прерывистая деятельность с мячом	Над/под	Удар головой парами	Боковое нарушение правил	МОДУЛЬ 4
<p>Укрепление особой прерывистой выносливости, используя содержание, предусматривающее применение мяча. Технические цели: быстрота и точность выполнения.</p>  <p>Ученик выполняет челночный пробег длиной 6 метров. Бежит, хватая мяч, ведет его другие 6 метров и затем точно подает его товарищу. Что составляет 15 секунд работы (около 3 последовательных раз) и 15 секунд отдыха (работает другой ученик). Выполняются 3 серии по 2 минуты (между одной и другой серией 2 минуты отдыха).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> удар по воротам при получении мяча. 	<p>Стабильность удара внутренней стороной – подъемом стопы (над), подъемом стопы (под) в относительно стабильных условиях. Аналитическое исправление движения (точность выполнения).</p>  <p><i>По парам:</i> бить остановленным мячом или в движении над и под лентой. Заботиться об аналитической части движения, как при ударе, так и при приеме.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> выполнять после периода «игры в стену» с товарищем, который затем получит передачу. 	<p>Развитие умений, связанных с ударом головой. Разъяснения об основных положениях и аналитическая корректировка движения. Также используют резиновые мячи.</p>  <p>Выполнение удара головой, остановившись, или в движении для преодоления ленты. Заботиться об аналитической части движения.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> остановившись, «простая» точная позиция. в движении при боковой поддержке. при атаке с товарищем, находящимся впереди (защитник) или позади (нападающий). перебрасывание мяча головой по парам через ленту. 	<p>Изучение «ключевого действия» посредством развития коллективного «ума», способствующего поиску решений тактической задачи.</p>  <p>Изучение игровой ситуации бокового нарушения правил, при котором «X4» вводит мяч в игру, «X1» идет навстречу и его принимает. «X5» вступает в игру, получает мяч и идет вглубь, чтобы выполнить резаный удар. «X1», «X2», «X3» идут для завершения атаки (движения нападающих). То же самое происходит с другой стороны.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> включать защитников по одному, когда выполняется схема действия. защитники активны. 	<p>Основная техническая цель: БИТЬ И ПРИНИМАТЬ ПРИ ДИДАКТИЧЕСКОЙ СТАБИЛЬНОСТИ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис 15' Направлять ударом в воздухе без отскока. Развитие чувственно-восприимчивых способностей и способности прогнозирования. Прерывистая деятельность с мячом 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> Сверху/снизу 20' Удар головой. 20' Боковое нарушение правил 20' Свободная игра 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Колышки <p><i>«Футбол - это народная игра, берущая начало с улицы: она честная и простая».</i> УЕФА</p>

УРОК №11

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 4
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Направлять ударом/принимать под давлением. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол-теннис «в воздухе» 5' <p>ДИДАКТИЧЕСКАЯ СТАБИЛЬНОСТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передай мяч (2) 20' • Я защищаю мяч 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Включение в игру сбоку и резаный удар. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мы выполняем резаный удар/пасс 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра по теме 10' • Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выносливость. <ul style="list-style-type: none"> • Постоянно 2 против 1 (непрерывная работа) 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол-теннис 5' • Постоянно 2 против 1 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передай мяч (2) 20' • Я защищаю мяч 20' • Мы выполняем резаный удар/пасс 20' • Игра по теме 10' • Свободная игра 10' <p>Количество ребят:</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • удар в воздухе 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • «игра в стену»; • владение мячом. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • подвижность суставов. 	

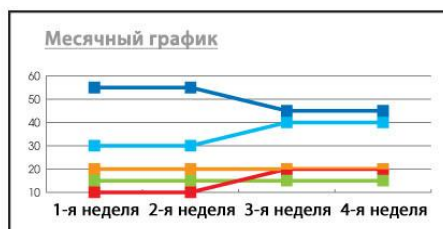
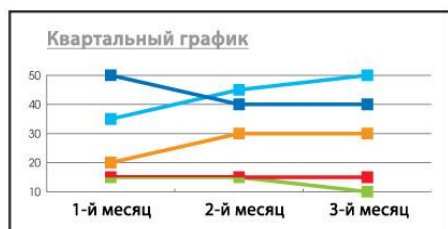


УРОК №11: ЗАЩИТИ МЯЧ

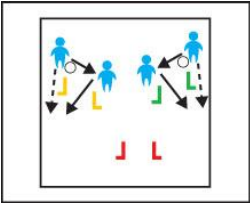
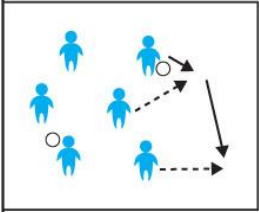
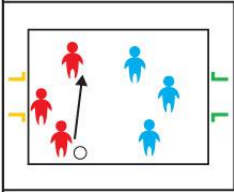
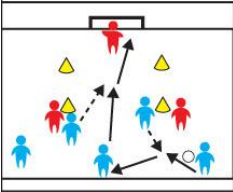
Прерывистая деятельность с мячом	Передай мяч (2)	Я защищаю мяч	Мы выполняем резаный удар/пас	<u>МОДУЛЬ 4</u>
<p>Укрепление особой прерывистой выносливости, используя содержание, предусматривающее применение мяча. Технические цели: быстрота и точность выполнения.</p>  <p>Ученик выполняет челночный пробег длиной 6 метров. Бежит, хватая мяч, ведет его другие 6 метров и затем точно его подает товарищу. Что составляет 15 секунд работы (около 3 последовательных раз) и 15 секунд отдыха (работает другой ученик). Выполняются 3 серии по 2 минуты (между одной и другой серией 2 минуты отдыха).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● удар по воротам при получении мяча. 	<p>Способствует стабильности моторного поведения удар/прием, а также на этапе дидактического давления, связанного с ситуацией ускорения быстроты принятия решения.</p>  <p>На игровой площадке 15 x 10 метров 4 нападающих имеют задачу передать мяч товарищу на другом поле, избегая активного противодействия 3 защитников. Во избежание противника можно передать мяч внутрь этого же поля.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● можно включить пятого нападающего. ● защитник, в случае завоевания мяча, может послать его товарищу, находящемуся в коридоре. 	<p>Способствует умению приема мяча под давлением противника и поиску соответствующего технического ответа. Способствует этапу смены, предусматривающему меньший контроль со стороны нападающего внутри по отношению к нападающему снаружи.</p>  <p>Нападающий принимает мяч под давлением одного активного защитника. После выполнения некоторых обманных движений он освобождается от противника, защищает мяч и передает его товарищу.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● вернуть мяч с первой попытки. ● передача мяча третьему игроку, перемещающемуся свободно. 	<p>«Ключевое действие» для обеспечения обучения коллективной игре, позволяющей создать отделению решение включения в линию.</p>  <p>Выполняется игра в центральную стену (с возвратом мяча) и последующей передачей в глубину. Боковой игрок, включающийся, чтобы принять мяч, выполняет его контроль и резаный пас вглубь. Нападающие выполняют пересекающиеся действия, в то время, как «a3», «a2» и «a4» выполняют удары. На этапе обучения перейти от полуактивной защиты к активной.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● можно выполнять «игру в стену» также боковому игроку, который затем включится в игру или определит включение в игру противоположного бокового игрока. 	<p>Основная техническая цель: ПРИНИМАТЬ/БИТЬ В СИТУАЦИИ ДАВЛЕНИЯ ПРОТИВНИКА</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис 5' ● Постоянно 2 против 1 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Передай мяч (2) 20' ● Я защищаю мяч 20' ● Мы выполняем резаный удар/пас 20' ● Игра по теме 10' ● Свободная игра 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Кольшки <p style="text-align: center;"><i>«...не бойся совершить ошибку при штрафном, она не из тех особенностей, по которым судят об игроке...».</i> Ф. Де Грегори</p>

УРОК №12

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 4
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Направлять ударом и принимать при дидактической гибкости. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Маленькие ворота, расположенные в квадрате 20' <p>ДИДАКТИЧЕСКАЯ СТАБИЛЬНОСТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передачи и приемы при ударе в движении 25' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Движение для движения нападающих. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • 5 против 2 со свободной зоной 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свободная игра 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выносливость. • Особая выносливость 3 против 3 в ограниченном пространстве 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Маленькие ворота, расположенные в квадрате 20' • Передачи и приемы при ударе в движении 25' • 3 против 3 в ограниченном пространстве 15' • 5 против 2 со свободной зоной 20' • Свободная игра 20' <p>Количество ребят:</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • передачи и прием в движении. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • отрыв от противника в свободном пространстве, защитная приспособляемость при численном меньшинстве. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> • быстрота. 	



УРОК №12: ПЕРЕДАЙ И ПОЛУЧИ В ДВИЖЕНИИ

Маленькие ворота, расположенные в квадрате	Передачи и приемы при ударе в движении	3 против 3 на ограниченном пространстве	5 против 2 со свободной зоной	<u>МОДУЛЬ 4</u>
<p>Предлагаемое упражнение стимулирует технический контроль динамического моторного поведения передачи и приема. Кроме того, стимулирует ученика решать моторное задание в гибкой дидактической среде из-за постоянного перемещения других пар игроков.</p>  <p>На игровом поле 25 x 25 метров расположены маленькие ворота шириной 1, 5 метра. Парами выполняются серии упражнений по передаче и приему в движении через ворота, не занятые в этот момент другой парой игроков. Передача должна производиться низким мячом. Прием может выполняться как остановкой на месте, так и в следовании.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • при «дай и следуй» в ворота. • при «дай и иди» в ворота. • при определенном времени. 	<p>Этим видом упражнения стимулируется обучение техническим умениям передачи по диагонали, приема сбоку в пробеге и верное расположение по отношению к мячу. Обучение смене игры посредством серии передач.</p>  <p>Упражнение выполняется группами по 3 игрока, расположенных по линии, на расстоянии один от другого 5 метров. 3 игрока передают мяч, продвигаясь вперед и сохраняя установленную дистанцию. Передача должна выполняться по диагонали, начиная с внешней стороны в центр, где его принимает с центральной стороны нападающий, следует вперед и передает внешнему товарищу на противоположной стороне. Пробегает расстояние в 50 метров туда и обратно.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • с передачей по диагонали между внешними игроками. • со сменой места. 	<p>Способствует на ограниченном пространстве укреплению аэробного потенциала посредством мини-матча с повышенной интенсивностью. Быстрое занятие свободного пространства (отрыв от противника), дриблинг, прикрытие мяча, противодействие и перехват значительно влияют на выносливость.</p>  <p>На большом ограниченном поле (25 x 20 метров) играют 3 против 3 с маленькими воротами. Целью игры является, как можно больше избегая пауз и с большей интенсивностью, сыграть мини-матч. Поэтому, мяч должен всегда находиться в игре. Продолжительность соревнования 5 минут, из которых на 20 секунд игры предусмотрено 15 секунд перерыва. 3 серии с 2 минутами перерыва между одной и другой серией.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • использовать два мяча. 	<p>Эта игровая ситуация способствует движению нападающих в свободной зоне (квадрат) для получения мяча при дидактической гибкости с внешними активными защитниками в зоне.</p>  <p>На игровом поле 40 x 30 метров с большой центральной свободной зоной 15 x 10 метров соревнуются 2 нападающих и 3 полузащитника против 2 защитников. Один из двоих нападающих должен посредством движения в глубину войти в квадрат для приема мяча. Квадрат защищается защитником, который преследует. Защитники не могут входить в свободную зону.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • может входить в свободную зону один из полузащитников. • выполнять «дай и иди» в зоне с нападающим и ударом по воротам. 	<p>Основная техническая цель: НАПРАВЛЯТЬ УДАРОМ И ПРИНИМАТЬ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Маленькие ворота, расположенные в квадрате 20' • Передачи и приемы при ударе в движении 25' • 3 против 3 на ограниченном пространстве 15' • 5 против 2 со свободной зоной 20' • Свободная игра 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Кольшки <p style="text-align: center;"><i>«Какого игрока готовить? Который бы хорошо владел мячом, имел обширный технический багаж и умел понимать и решать игровые ситуации».</i> SGS</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 5

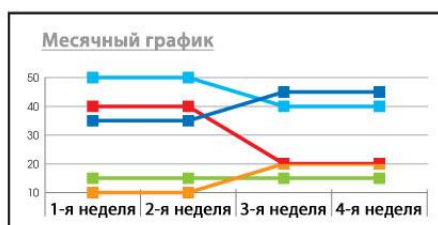
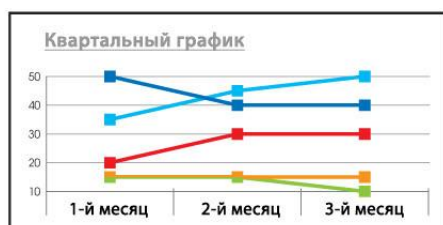
КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

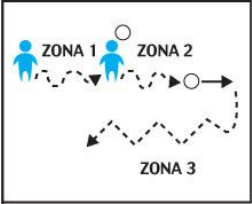
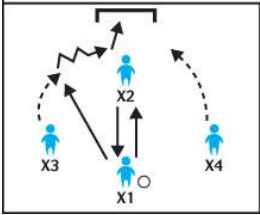
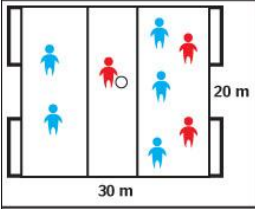
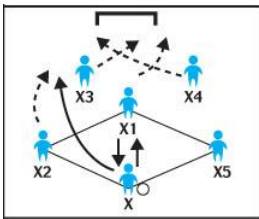
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> Мы должны со вниманием относиться к биологическому возрасту ученика и к первым изменениям с физической точки зрения. Увеличение, как роста, так и веса с последующим улучшением условных способностей, должно побудить нас к использованию упражнений низкой интенсивности нагрузки (природная нагрузка) при большем объеме тренировки и, особенно, при деятельности с дидактическими средствами, предусматривающими в основном использование мяча. В этот период изучаются движения, организация и использование игрового пространства по отношению к модели игры 4 – 4 – 2. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Неделя</th> <th>Техничко-координационный фактор</th> <th>Тактико-познавательный фактор</th> <th>Коллективные игры и игровые ситуации</th> <th>Матчевые игры</th> <th>Физико-моторный фактор</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-я неделя</td> <td>35</td> <td>50</td> <td>40</td> <td>10</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>2-я неделя</td> <td>35</td> <td>50</td> <td>40</td> <td>10</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>3-я неделя</td> <td>45</td> <td>40</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>4-я неделя</td> <td>45</td> <td>40</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>15</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор	1-я неделя	35	50	40	10	15	2-я неделя	35	50	40	10	15	3-я неделя	45	40	20	20	15	4-я неделя	45	40	20	20	15	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Удар по воротам Индивидуальная техника. ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Владение мячом Перекрытие Решение игры центровым игроком в ромбе ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Частота движений/быстрота Подвижность суставов. <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор																											
1-я неделя	35	50	40	10	15																											
2-я неделя	35	50	40	10	15																											
3-я неделя	45	40	20	20	15																											
4-я неделя	45	40	20	20	15																											
<p>Примечание: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК №13

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 5
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Направлять ударом, чтобы ударить по воротам. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис в воздухе 15' <p>МОТОРНАЯ КОМБИНАЦИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Я включаюсь в игру и бью по воротам 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Движения отделения <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Передай мяч (3) 20' Центровой игрок в ромбе 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Частота движений. Быстрота. Круг для частоты движений/ быстроты с мячом 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис 15' Круг с мячом 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> Я включаюсь в игру и бью по воротам 20' Передай мяч (3) 20' Центровой игрок в ромбе 20' Свободная игра 10' <p>Количество ребят: _____</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> направить ударом в воздухе; ударить для резаной передачи (удара). 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> владение мячом; поиск решения игры. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> подвижность суставов. 	

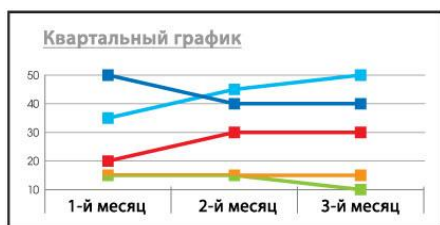


УРОК №13: ИГРАЙ В РОМБЕ И БЕЙ ПО ВОРОТАМ

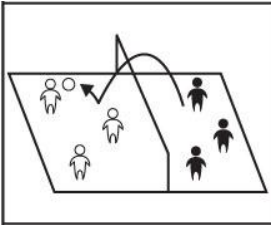
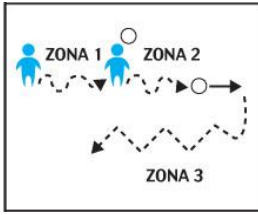
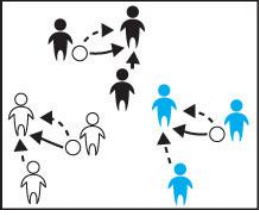
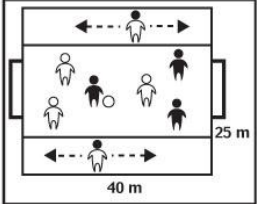
Круг с мячом	Я включаюсь в игру и бью по воротам	Передай мяч (3)	Центровой в ромбе	<u>МОДУЛЬ 5</u>
<p>Развитие нервно-мышечной способности и частоты движений/быстроты с применением мяча положительно влияет на развитие чувства ритма.</p>  <p>В определенном круге выполняется следующая деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> в зоне 1- быстрые прыжки (низкие), прыжок для выполнения удара головой вперед (3 раза) на расстоянии 4 – 5 метров; в зоне 2 - быстрые прыжки и удар внутренней стороной ноги (3 раза) на расстоянии 4 – 5 метров; в зоне 3 - рывок и смена направления в стороны на 4 – 5 метров. <p>- все выполнять по 2 раза туда и обратно (между одним и другим этапом обмен задачами с товарищем, владеющим мячом).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● чередовать прыжки с бегом назад. 	<p>Этим видом упражнения стимулируется улучшение удара по воротам мячом в движении.</p>  <p>«x1» играет в стену с игроком «x2». Мяч возвращается и «x1» включает в игру «x3» или «x4», контролирующая мяч и выполняющая удар по воротам. То же самое с другой стороны и чередование задач.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● тот, кто получает мяч, ведет мяч прямо. ● тот, кто получает, выполняет низкую резаную подачу «x2» или «x4». 	<p>Предложенное упражнение стимулирует передачу и прием в игровой ситуации (активные защитники), способствуя принятию верных решений учениками в ситуации 5 против 3, и посредством 4 ворот улучшая восприятие игрового пространства, как в наступлении, так и в обороне.</p>  <p>На игровом пространстве 30 х 20 метров, разделенном на две половины, соревнуются 5 нападающих против 3 защитников. На каждой половине поля должны находиться только 3 нападающих и 2 защитников. Это означает, что центральный коридор, откуда начинаются действия, по очереди занят одним из игроков обеих команд.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● можно завершить упражнение ударом по маленьким воротам (4 по сторонам). 	<p>Этап формирования «ключевых действий» для отделения центрального игрока в игровой системе 4 – 4 -2. Изучение ситуаций для поиска решений для отделения центрального, расположенного «ромбом».</p>  <p>6 нападающих (4 центральных, и 2 нападающих) пробуют поведение для поиска верных решений игры в системе игры 4 – 4 – 2.</p> <p>«x» играет в стену и позволяет включиться в игру «x2», который включается и наносит резаный пасс. «X3», «x4» и «x1» пересекаются и стараются забить мяч в ворота.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● включение в игру сбоку с резаным пассом (ударом). ● пересекающиеся действия нападающих. ● включение в игру 2 или 3 защитников. 	<p>Основная техническая цель: УДАР ПО ВОРОТАМ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис 15' способствует способности удара в воздухе и прогнозированию ● Круг с мячом 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Я включаюсь в игру и бью по воротам 20' ● Передай мяч (3) 20' ● Центровой игрок в ромбе 20' ● Свободная игра 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Кольшки <p><i>«Игра отважных; тот, кто не умеет играть, становится окаменелым, он является пленником; нам необходимо играть, чтобы быть более свободными».</i> (Э.Бруннер).</p>

УРОК №14

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 5
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Индивидуальная техника. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис в воздухе 15' <p>МОТОРНАЯ КОМБИНАЦИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ведение и обманные движения 30' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Перекрытие <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра с нейтральным покровителем 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра на тему 10' ● Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Частота движений. ● Быстрота. <ul style="list-style-type: none"> ● Круг с мячом 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис 15' ● Круг с мячом 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Индивидуальная техника - ведение и обманные движения 30' ● Игра с нейтральным покровителем 20' ● Игра на тему 10' ● Свободная игра 10' <p>Количество ребят:</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● направить ударом в воздухе; 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● «игра в стену»; ● владение мячом. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● подвижность суставов. 	

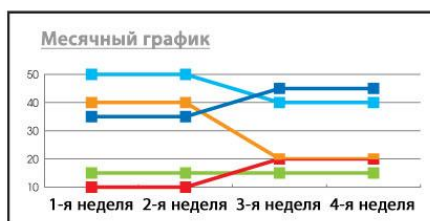
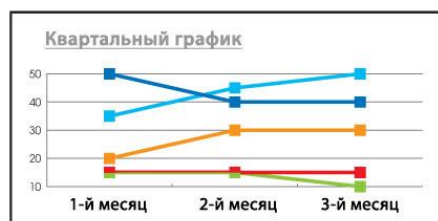


УРОК №14: СДЕЛАЙ ОБМАННОЕ ДВИЖЕНИЕ И ПРЕОДОЛЕЙ ПРОТИВНИКА

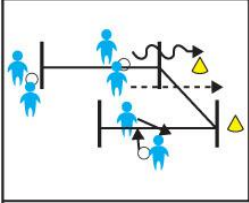
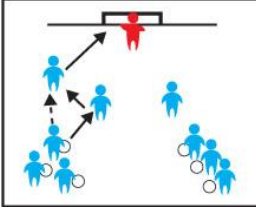
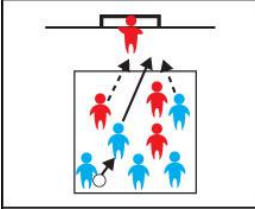
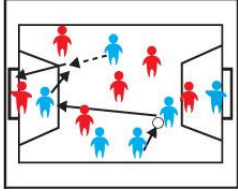
Футбол-теннис	Круг с мячом	Индивидуальная техника – ведение и обманные движения	Игра с нейтральным покровителем	МОДУЛЬ 5
<p>Стимулирует умение направлять мяч ударом в воздухе и способность прогнозирования.</p>  <p>Мяч может сделать только один отскок. Вместо этого мяч может сделать вращательное движение. Начальный удар должен быть легким для развития игры.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● после каждого касания мяча бежать и коснуться лицевой линии. ● коснуться конуса, находящегося за полем. 	<p>Стимулирует улучшение частоты движений и быстроты. Важно использовать мяч. Чувство ритма.</p>  <p>В определенном круге выполняется следующая деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> в зоне 1 - быстрые прыжки (низкие), прыжок для выполнения удара головой вперед (3 раза); в зоне 2 - быстрые прыжки и удар внутренней стороной ноги (3 раза); в зоне 3 - рывок и смена направления; - все выполнять по 2 раза туда и обратно (между одним и другим этапом обмен задачей с товарищем, владеющим мячом). <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● использовать бубен для выполнения в определенном ритме. 	<p>Упражнения в виде движений, способствующих автоматизации технического движения, в частности, ведение мяча и различные виды обманных движений.</p>  <p>Упражнение с группами из 3 учеников. На одну группу один мяч. Примеры: «в» ведет и делает обманное движение, чтобы зацелуется, «а» получает мяч, переданный от «в», который в свою очередь зацелуется от «а», и так далее.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ведение, обманные движения и передача. 	<p>Применение ключевых движений - «признак признания» в конце обучения понятия перекрытие и резаный пас (удар).</p>  <p>Игровое поле размером 40 x 25 метров с тремя игроками и одним вратарем в команде. Покровители играют с командой, от которой получают мяч. Для стимулирования перекрытия с последующим резаным пасом. Игра предусматривает владение мячом для того, чтобы он не попал к центральному игроку. В этот момент игрок может передать мяч покровителю и выполнить перекрытие для его спокойного получения на боковой линии.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● покровитель входит на поле и создает численное преимущество. 	<p>Основная техническая цель: ВЕДЕНИЕ И ОБМАННЫЕ ДВИЖЕНИЯ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис 15' ● Круг с мячом 15' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Индивидуальная техника - ведение и обманные движения 30' ● Игра с нейтральным покровителем 20' ● Игра на тему 10' <p>в этой игре стимулируются такие движения, как стена, для включения в игру сбоку и центрального игрока «в ромбе»</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободная игра 10' <p>Проверяются тактические знания за период.</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Кольшки <p style="text-align: center;"><i>«Дети имеют право развлекаться и заниматься спортом».</i> <i>Документ о правах SGS</i></p>

УРОК №15

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 5
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по воротам. Индивидуальная техника. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Деятельность по развитию чувства мяча 20' <p>МОТОРНАЯ КОМБИНАЦИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по воротам с перекрытием 25' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Владение мячом. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Держи мяч и бей 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч 6 против 6 с зоной 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Частота движений/быстрота Круг для частоты движений с мячом 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Деятельность по развитию чувства мяча 20' Удар по воротам с перекрытием 25' Круг для частоты движений с мячом 15' Держи мяч и бей 20' Матч 6 против 6 с зоной 20' <p>Количество ребят: _____</p> <p>Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> резаный пасс, направленный удар головой. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> включение в игру в глубину и поиск пространства. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> нервно – мышечная реакция. 	



УРОК №15: ИДИ, ПРИМИ МЯЧ И ЗАБЕЙ ЕГО

Круг по парам с мячом и лентой	Удар по воротам с перекрытием	Держи мяч и бей	Матч 6 против 6 с зоной	<u>МОДУЛЬ 5</u>
<p>Посредством этого круга стимулируются частота и быстрота движений, используя мяч посредством различных технических действий. Кроме того, способствует точности и скорости выполнения.</p>  <p><i>В пространстве 15 x 15 метров ребята располагаются в 2 шеренги, стартуя парами с одним мячом. Упражнение предусматривает, что ученик без мяча выполняет несколько прыжковых упражнений, в перерывах между которыми выполняются боковые передачи товарищу, находящемуся по другую сторону ленты, находящейся на высоте 10-15 см. По завершении выполняется спринт с мячом (ведение) на 10 метров длиной для обоих ребят.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • прыжки (4 низких) внутренней стороной стопы под лентой. • прыжки (4 высоких) в воздухе внутренней стороной стопы. 	<p>Это упражнение способствует обучению передачи в «дай и следуй» (в динамической ситуации) и движению в пространстве с заключительным ударом по воротам.</p>  <p><i>Две группы ребят, расположенные в две шеренги, по очереди передают мяч друг другу, двум товарищам, находящимся напротив, на расстоянии 10 метров. По очереди ученик, передающий мяч, выполняет удар по воротам, и занимает положение товарища, поддерживающего его.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • передавать мяч по диагонали. • под давлением справа при поддержке товарища. 	<p>Этой игрой стимулируется улучшение владения мячом по отношению к противнику и движения нападающего в глубину для принятия мяча и удара по воротам.</p>  <p><i>В ограниченном пространстве 20 x 20 метров соревнуются 5 нападающих против 3 защитников. Команда, имеющая численное превосходство, после 5 последовательных передач может бить по воротам, выполняя передачу в глубину товарищу (по очереди), ушедшему от противника для удара по воротам. Разрешается только одному защитнику (по очереди) мешать нападению для удара по воротам. Защитник, захвативший мяч, может выйти из квадрата и ударить по воротам без помех.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • передача в глубину после перекрытия. • передача выполняется сбоку для резаного паса и удара по воротам «с лету». 	<p>Стимулирует сохранение владения мячом для верного и эффективного наступательного действия посредством решения игры в глубину. Способствует вертикальному низкому удару и по траектории, «игре в стену» и точному удару по воротам в движении.</p>  <p><i>Матч 5 против 5, где происходит постоянный поиск движения с мячом в наступлении (резаный удар, проникновение, удар). Нападающие, находящиеся внутри площадки, выполняют «игру в стену» для включения в глубину товарищеской для окончательного удара по воротам. Защитники не могут войти в зону, но могут противодействовать на остальном игровом пространстве.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • с защитником в зоне (1 против 1). • гол с ходу внутри зоны. 	<p style="text-align: center;"><u>МОДУЛЬ 5</u></p> <p>Основная техническая цель: УДАР ПО ВОРОТАМ В ДВИЖЕНИИ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Деятельность по развитию чувства мяча 20' • Удар по воротам с перекрытием 25' • Круг для частоты движений с мячом 15' • Держи мяч и бей 20' • Матч 6 против 6 с зоной 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Кольшки <p style="text-align: center;"><i>«Какого игрока готовить? Такого, который играет для коллектива, однако находится в состоянии проявлять оригинальные инициативы».</i></p> <p style="text-align: right;">SGS</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 6

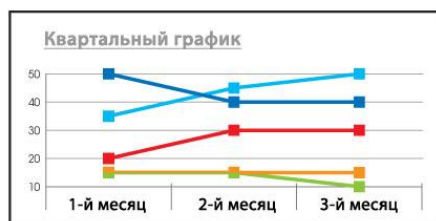
КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

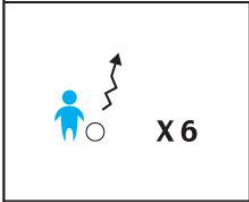
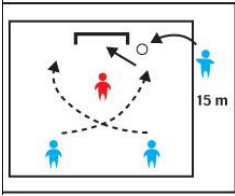
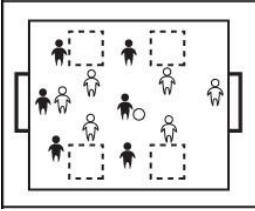
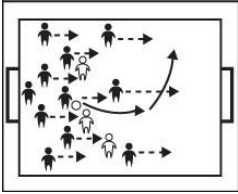
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Тактический аспект занимает существенный процент в дидактической организации, так как необходимо усовершенствовать занятие позиций различных игроков на поле в модели игры 4 – 3 – 3, посредством применения ситуаций, предусматривающих полу активную защиту. Важно, чтобы все члены команды путем своевременного чередования имели возможность приобрести значительный опыт, связанный с различными игровыми заданиями. ● В этом месяце проводится оценочный тест для проверки знаний. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для Месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Неделя</th> <th>Техничко-координационный фактор</th> <th>Тактико-познавательный фактор</th> <th>Коллективные игры и игровые ситуации</th> <th>Матчевые игры</th> <th>Физико-моторный фактор</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-я</td> <td>45</td> <td>45</td> <td>35</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>2-я</td> <td>45</td> <td>45</td> <td>35</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>3-я</td> <td>35</td> <td>55</td> <td>35</td> <td>20</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>4-я</td> <td>35</td> <td>55</td> <td>35</td> <td>20</td> <td>10</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор	1-я	45	45	35	10	10	2-я	45	45	35	10	10	3-я	35	55	35	20	10	4-я	35	55	35	20	10	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Удар головой Удар по траектории для: смены фронта/резаного удара (пасса)/включения в игру сбоку. ● ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: «Игра в стену» для: включения в игру нападающих/ контратаки Занятие позиции при модели игры 4 – 3 – 3 Смена игры: слабая сторона/ в глубину. ● ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Подвижность суставов. <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p> <p>Примечание: _____ _____ _____ _____</p>
Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор																											
1-я	45	45	35	10	10																											
2-я	45	45	35	10	10																											
3-я	35	55	35	20	10																											
4-я	35	55	35	20	10																											

УРОК №16

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 6
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар головой. Индивидуальная техника. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Игра футбол – теннис 10' Индивидуальная техника «контроль и обманные движения» 15' <p>СИТУАТИВНЫЙ РЕЖИМ (дидактическая переменчивость)</p> <ul style="list-style-type: none"> Двое игроков, выполняющих резаный пасс 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Перемещение в глубину и резаный пасс. Движение нападающих <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Передача в глубину 20' Развитие действия контратаки 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободный матч 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Подвижность суставов Упражнения на подвижность суставов с мячом 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол – теннис 10' Упражнения на подвижность суставов 10' «Контроль и обманные движения» 15' Двое игроков, выполняющих резаный пасс 20' Передача в глубину 20' Развитие действия контратаки 15' Свободный матч 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> контроль мяча и обманные движения; удар по воротам. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> превосходство и включение в игру сбоку. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> общая выносливость с мячом. 	

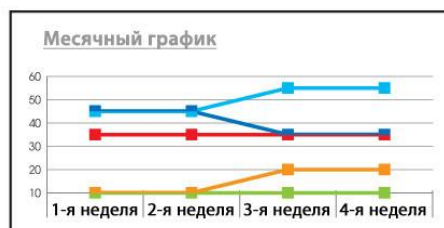
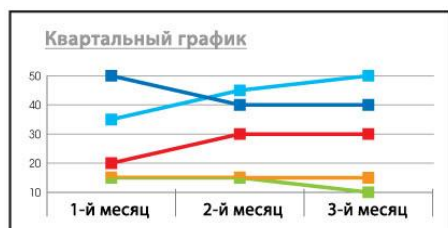


УРОК №16: ИГРАЙ В ГЛУБИНУ И ВЫПОЛНИ РЕЗАНЫЙ МЯЧ

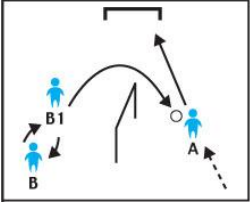
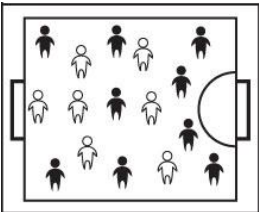
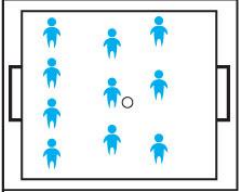
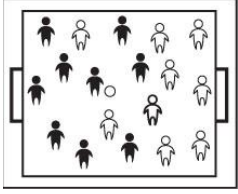
Контроль и обманные движения	Двое игроков, выполняющих резаный пас	Передача в глубину	Контратака	МОДУЛЬ 6
<p>Способствует чувственно-восприимчивому и координационному контролю посредством упражнений индивидуальной техники.</p>  <p><i>Каждый ученик контролирует мяч и без внешнего противодействия (внутреннее внимание) пытается решить предложенные технические ситуации:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - руление мяча подошвой стопы; - руление мяча для смены направления; - обманное движение и перемещение мяча внешней стороной стопы; - обманное движение и возврат мяча внутренней стороной стопы; - обманное движение «ножницы» и ведение мяча противоположной ногой. <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • та же игра при пассивном противодействии одного противника. • завершать обманные движения передачей мяча товарищу. 	<p>Способствует удару головой в динамической форме.</p>  <p><i>Имитируя игровую ситуацию, ученики по очереди передают резаный мяч руками, в то время как товарищи, посредством согласованных движений, освобождаются от защитника и забивают мяч головой.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • резаные мячи выполняются ногами. • игра выполняется с двумя защитниками. 	<p>Стимулирует решение игры в глубину, способствуя достижению задач различного характера.</p>  <p><i>Соревнование происходит между двумя командами, состоящими из 5 или 6 игроков каждая. Целью игры является способствовать включению в игру сбоку и забивание мяча. За каждую передачу, выполненную в одной из двух зон, находящихся в зоне атаки каждой команды, зачисляется 2 очка.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • передача в зону может производиться мячом по параболической траектории. 	<p>Схема ключевого действия для контратаки. Игра в стenu центральным нападающим для укрепления действий атаки и поиска, таким образом, решений сбоку или в центре.</p>  <p><i>Стимулируется распределение контратаки. Сначала центральный нападающий бежит вперед, затем остается, «играет в стenu», закрепляя, таким образом, действие для возможного включения в игру нападающих сбоку или в центре.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • включение в игру нападающего в центре. 	<p>Основная техническая цель: УДАР ГОЛОВОЙ В УПРОЩЕННОЙ ИГРОВОЙ СИТУАЦИИ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол – теннис 10' • Упражнения на подвижность суставов 10' • «Контроль и обманные движения» 15' • Двое игроков, выполняющих резаный пас 20' • Передача в глубину 20' • Развитие действия контратаки 15' • Свободный матч 10' <p>Проверка тактических знаний за период</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Кольшки <p><i>«Дети учатся тому, что они переживают: если ребенок живет во враждебности, он учится нападению, но если он живет в атмосфере преданности, то учится справедливости».</i></p>

УРОК №17

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 6
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по траектории. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол – теннис 15' <p>ДИДАКТИЧЕСКОЕ СОЧЕТАНИЕ</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по траектории - контроль и удар - резаный мяч и удар 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Опека противника /отрыв от противника. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Занятие позиции модель игры 4 – 3 - 3 15' Игра в численном превосходстве/меньшинстве 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Тактическая игра 9 против 9 («игра в стену» с боковым включением в игру) 10' Свободная игра (проверка знаний) 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Подвижность суставов <ul style="list-style-type: none"> Упражнения на подвижность суставов с мячом 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол – теннис 15' Упражнения на подвижность суставов 10' Игра в численном превосходстве/меньшинстве 20' Занятие позиции модель игры 4 – 3 - 3 15' Тактическая игра 9 против 9 10' Свободная игра 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> прием мяча по траектории; удар по воротам. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> занятие оборонительных позиций. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> общая выносливость с мячом. 	

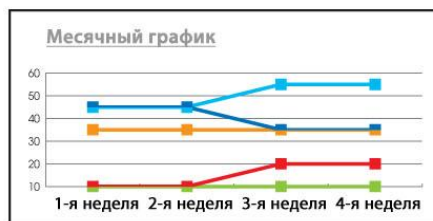
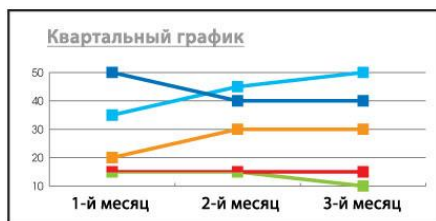


УРОК №17: УДАР ПО ТРАЕКТОРИИ

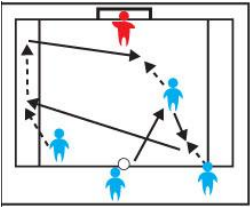
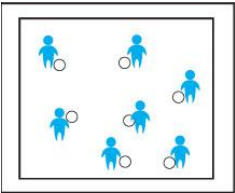
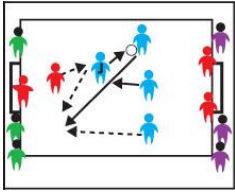
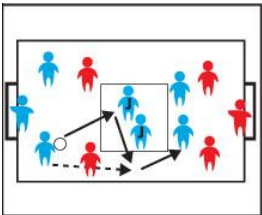
Удар по траектории	Игра в численном превосходстве/меньшинстве	Занятие позиции в 4 – 3 - 3	Тактическая игра 9 против 9	<u>МОДУЛЬ 6</u>
<p>Выполнять удар по мячу в движении по траектории правой/левой ногой.</p>  <p>Ученик В «играет в стену» с учеником В' и выполняет удар по траектории левой ногой через ленту. Ученик А включается в игру, захватывает мяч и производит удар по воротам. То же самое происходит справа между учениками С, С' и А'.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● менять высоту ленты. ● включить в игру защитника, который стартует позади нападающего и пытается мешать ему (под давлением). 	<p>Поиск верных решений на этапе владения и не владения мячом посредством мини-матча 7 против 9.</p>  <p>Матч между двумя командами, состоящими из 9 и 7 игроков. Команда, играющая в численном превосходстве, должна забить мяч в ворота, защищаемые вратарем. Команда, играющая в численном меньшинстве, забивает мяч в ворота без вратаря, однако там находится штрафная зона, куда никто не должен входить.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● мяч, забитый по траектории командой, находящейся в численном меньшинстве, засчитывается с 2 очками. 	<p>Передвижение игроков согласовано между отделениями без давления защитников для занятия позиций и схем атаки в модели игры 4 – 3 – 3.</p>  <p>Занятие позиций в модели игры 4 – 3 – 3: поиск новых решений игры при пассивной и полупассивной защите. Защитное противодействие нападающих ищет соответствующее решение, при этом проверяются полученные знания.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстро перемещать мяч в различные новые положения и наблюдать за занятием новых позиций. 	<p>Способствует повторению выученных ранее тактических элементов, а теперь и их развитию (стабилизация). В этом случае стимулируется включение в игру сбоку с последующим резаным мячом и передвижение нападающих с мячом в глубину.</p>  <p>Матч 9 против 9, где ребята должны найти постоянные решения для игры в глубину, чтобы создать благоприятные условия для включения в игру сбоку и передвижение нападающих.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● гол засчитывается, если он был выполнен в сочетании с действием «игра в стену». ● гол засчитывается всегда, а гол, выполненный с действием «игра в стену», засчитывается с 2 очками. 	<p>Основная техническая цель: УДАР ПО ТРАЕКТОРИИ МЯЧОМ В ДВИЖЕНИИ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол – теннис 15' ● Упражнения на подвижность суставов 10' ● Игра в численном превосходстве/меньшинстве 20' ● Занятие позиции модель игры 4 – 3 - 3 15' ● Тактическая игра 9 против 9 10' ● Игра в стену с включением в игру сбоку 10' ● Свободная игра 10' <p>Проверка тактических знаний за период</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Колышки <p><i>«Ребенок взрослому: не будь непоследовательным; это приводит меня в замешательство и вынуждает меня делать усилие быть искренним всегда, сколько смогу».</i> <i>Л Эрбаволье</i></p>

УРОК №18

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 6
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по траектории для: смены фронта /резаного мяча/ включения в игру сбоку. <p>ТЕХНИЧЕСКАЯ КОМБИНАЦИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Передача/ прием, ведение, резаный мяч и удар по воротам 35' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Смена игры: слабая сторона /в глубину. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Последовательно 3 против 1 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч по теме - 5 против 5 + 2 с центральной свободной зоной 20' Свободная игра 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Подвижность суставов <ul style="list-style-type: none"> Упражнения на подвижность суставов с мячом 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Передача/ прием, ведение, резаный мяч и удар по воротам 35' Упражнения с мячом 10' Последовательно 3 против 1 20' Матч по теме - 5 против 5 + 2 с центральной свободной зоной 20' Свободная игра 15' <p>Количество ребяг: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> передача/прием мяча и удар по воротам. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> «игра в стену», включение в игру сбоку и завоевание пространства с помощью организации игры. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> общая выносливость с мячом. 	



УРОК №18: ЗАБИВАЙ МЯЧ, ЗАВОЕВАВ ПРОСТРАНСТВО

Смена игры и резаный мяч...	Подвижность суставов с мячом	Последовательно 3 против 1	5 против 5 + 2 с центральной свободной зоной	МОДУЛЬ 6
<p>Посредством этого упражнения стимулируются наступательные действия, направленные на смену игры (удар мячом по траектории), и организация игроков для игры. Постоянный поиск по стабилизации атакующих действий, способствуя решению игры в глубине (включение в игру сбоку).</p>  <p>Стартует трое учеников, расположенных, как показано на рисунке, за 40 метров перед воротами. Боковые зоны должны быть разграничены, чтобы были точные ориентиры для передвижения в глубину и для приема мяча. Центральный полузащитник «играет в стену» с нападающим, подающим боковому полузащитнику, который с ходу выполняет передачу по траектории внешнему товарищу. Действие завершается резаным мячом или ударом по воротам с участием 4 игроков.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • боковой полузащитник начинает игру. • центральный полузащитник в перекрытии и выполняет резаный удар. 	<p>Способствует улучшению подвижности суставов. Посредством применения мяча ребята получают стимул для выполнения различных видов движения в статическом и динамическом состоянии.</p>  <p>Ребята находятся внутри определенного пространства, каждый с мячом. После небольшого разогрева с помощью ведения мяча и выполнения различных упражнений, выполняются движения на растяжку, используя мяч в качестве ориентира.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • по парам с мячом. • две группы на двух смежных площадках со сменой площадок (этап разогревания с коротким спринтом). 	<p>Закрепление понятия смены игры. Улучшение способности определения времени отрыва от противника в ситуации прессинга защитником, который стимулируется в верном и правильном занятии позиции (игрок с мячом).</p>  <p>3 рабочих группы чередуются в наступательных действиях с одним постоянным нападающим и 2 защитниками. Старт для включения сбоку происходит, когда нападающий выполняет обратную передачу. Защитник не может мешать нападающему, а вмешивается последовательно. Смена игры может происходить резаным мячом или ударом по траектории.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • с двумя защитниками. • с нападающим, находящимся сбоку, для «игры в стену». 	<p>Способствует владению мячом в построении игры «дай и иди» в ситуации стабильности и понятию организации игры как завоевания игрового пространства.</p>  <p>На игровом пространстве 20 x 40 метров играют 5 против 5 с 2 нейтральными полузащитниками, находящимися в центральной свободной зоне. 2 полузащитника играют с командой, владеющей мячом, и имеют задачу помочь и поддерживать атакующее действие. Нельзя входить в свободную зону.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • с обязательной «игрой в стену» в свободной зоне. • с обязательным вертикальным пасом по траектории для нападающего и ударом по воротам. • включение в свободную зону защитника. 	<p>Основная техническая цель: УДАР ПО ТРАЕКТОРИИ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Передача/ прием, ведение, резаный мяч и удар по воротам 35' • Упражнения с мячом 10' • Последовательно 3 против 1 20' • Матч по теме - 5 против 5 + 2 с центральной свободной зоной 20' • Свободная игра 15' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Колышки <p>«Ты хороший тренер, если: планируешь деятельность, связанную с техникой, прилежанием и поведением твоих ребят». SGS</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 7

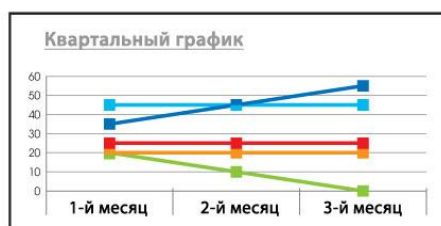
КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

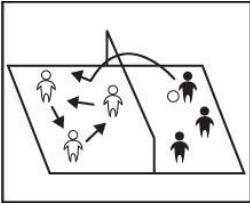
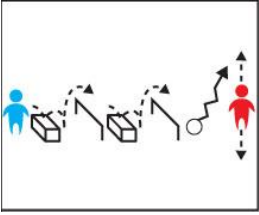
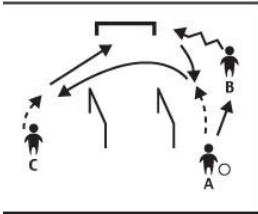
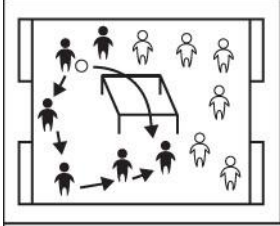
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> После отработки в предыдущих периодах вопросов по стабилизации технического умения при выполнении удара по траектории, в этом периоде мы должны проверить, преобразовалось ли это умение в тактическое умение. Игра «преодолей замок» стимулирует перемещение мяча для смен стороны игры, используя удар по параболической траектории. Применение ленты (кроме того, она проста в использовании) является основным дидактическим средством. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Неделя</th> <th>Техничко-координационный фактор</th> <th>Тактико-познавательный фактор</th> <th>Коллективные игры и игровые ситуации</th> <th>Матчевые игры</th> <th>Физико-моторный фактор</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-я неделя</td> <td>35</td> <td>45</td> <td>25</td> <td>20</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>2-я неделя</td> <td>40</td> <td>40</td> <td>30</td> <td>10</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>3-я неделя</td> <td>35</td> <td>45</td> <td>25</td> <td>20</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>4-я неделя</td> <td>30</td> <td>50</td> <td>20</td> <td>30</td> <td>20</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор	1-я неделя	35	45	25	20	20	2-я неделя	40	40	30	10	20	3-я неделя	35	45	25	20	20	4-я неделя	30	50	20	30	20	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Удар по траектории направо и налево. Прием и удар по воротам. ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Владение мячом. Расширение фронта игры. Смена активной/пассивной стороны. ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Нервно-мышечная координация Укрепление мышечного потенциала при нейтральной нагрузке. <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор																											
1-я неделя	35	45	25	20	20																											
2-я неделя	40	40	30	10	20																											
3-я неделя	35	45	25	20	20																											
4-я неделя	30	50	20	30	20																											
<p>Примечание: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК №19

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 7
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по траектории мячом в движении для приема и удара по воротам. Восприятие траектории мяча при его приближении Футбол-теннис 15' Бить поверх ленты 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> «Игра в стену», смена игры мячом по траектории. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Преодолей замок 25' (как минимум 6 против 6) <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч по теме 10' Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Укрепление мышечного потенциала при нейтральной нагрузке. Прыжки со скакалкой (10' + 10') чередуя с прыжками через ступени и барьеры пиломатериала (выполнять этап растяжки мышц) 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол теннис 15' Скакалка – прыжки 20' Удар поверх ленты 20' Преодолей замок 25' Матч по теме 10' Свободная игра 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки Мини ворота Мишени – силуэты Скакалки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> прием по траектории и удар по воротам. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> включение в игру сбоку и резаный мяч. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> нервно – моторная координация 	



УРОК №19: ИГРАЙ ПО ТРАЕКТОРИИ И МЕНЯЙ ИГРУ

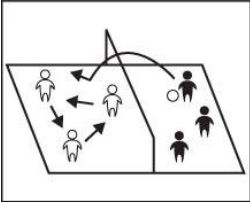
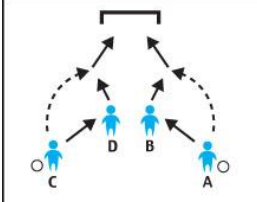
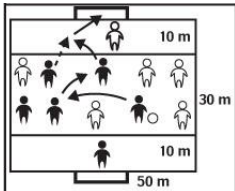
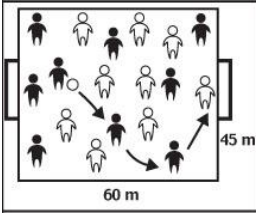
Футбол-теннис «с лету»	Прыжки через ступени и низкие барьеры	Удар по траектории для приема и удара по воротам	Преодолей замок	<u>МОДУЛЬ 7</u>
<p>Развивает умение наносить удары в воздухе и стимулирует проприоцептивное восприятие при регулировке уровня силы, применяемой в ударе.</p>  <p><i>Игра развивается, как и на предыдущих уроках, за исключением того, что после первого отскока выполняются 3 удара в воздух. Каждый удар должен наносить другой игрок. Удар должен быть простым, иначе он повторяется. После каждой смены мяча происходит смена позиций (меняется также игрок, выполнявший удар).</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> наносить удар внутренней стороной стопы. наносить удар только правой или только левой ногой. 	<p>Этим видом упражнений стимулируется нервно-мышечная координация и развитие мышечного потенциала при природной нагрузке.</p>  <p><i>Установить ряд ступен (ступеней) и низких барьеров, как это видно на рисунке. Подняться на ступень, не дав себе упасть, и гибко реагировать для преодоления низкого барьера. Возле последнего препятствия находится мяч для быстрого выполнения игры 1 против 1 (защитник на линии).</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> для стимулирования быстрой игры 1 против 1 включить преследующего защитника. 	<p>Способствует обучению умению выполнять резаный мяч внутренней стороной подъема ноги по траектории. Нападающий также получает стимул для улучшения приема высокого мяча с целью выполнения удара по воротам. Удары наносятся обеими ногами.</p>  <p><i>Упражнение с 3 учениками, где игрок «А» передает мяч по диагонали игроку «В», который, в свою очередь, имитирует выпад и передает мяч игроку «А», который оказывает ему помощь. В этот момент игрок «А» выполняет удар по траектории (резаный удар), преодолевая обе ленты, и передавая мяч игроку «С», который его принимает и выполняет удар по воротам.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> приблизить/отдалить ленты от зоны резаного удара. 	<p>Побуждает игрока расширить фронт игры (различные цели) со сменой игры, выполняя удар мячом по траектории.</p>  <p><i>Игра развивается как соревнование между двумя командами, каждая команда состоит из 6 игроков и защищает 2 ворот. Очки могут зарабатываться голом в мини-ворота, или преодолением замка ударом по траектории. В этом случае засчитываются 2 очка (замок образован 4 кольщиками, связанными лентой). Смена игры также может состояться при действии против замка.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> вместо замка можно использовать стену из лент, протянутых по диагонали. 	<p>Основная техническая цель: УДАР ПО ТРАЕКТОРИИ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис 15' Скакалка – прыжки 20' Удар вверх ленты 20' Преодолей замок 25' Матч по теме 10' <p><i>«Игра в стену», смена игры с включением в игру сбоку.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Свободная игра 10' <p>Проверка знаний за период</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки Мини-ворота Мишени-силуэты Скакалки <p><i>«Ребенок взрослому: не давай обещаний, может случиться, что ты будешь не в состоянии выполнить их. Этим уменьшится мое к тебе доверие».</i></p> <p style="text-align: right;"><i>Л Эрбавольо</i></p>

УРОК №20

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 7
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар подъемом стопы, мяч в движении. <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис (турнир) 10' <ul style="list-style-type: none"> Удар по воротам, комбинация с 2, «дай и иди» 25' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Передача в не занятое пространство. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Внимание удару в глубину! 25' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч по теме 10' Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Нервно- мышечная координация Укрепление мышечного потенциала при нейтральной нагрузке. Перемещения и прыжки со скакалкой 20' чередуя с <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис 10' Скакалка 20' «Дай и иди» с ударом по воротам 25' Игра в глубину 25' Матч по теме 10' Свободная игра 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки Мини-ворота Мишени–силуэты Скакалки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> выполнять удар в воздухе. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> внимание линии вне игры. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> выносливость и быстрота 	

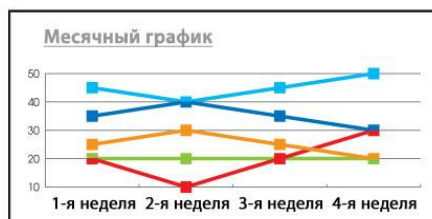
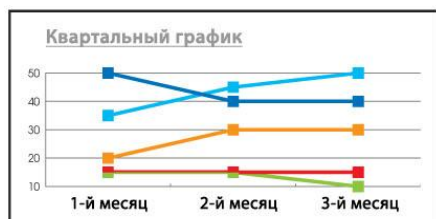


УРОК №20: ПЕРЕСЕКАЮЩИЕСЯ ДЕЙСТВИЯ НАПАДАЮЩИХ

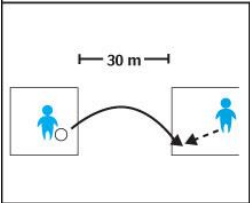
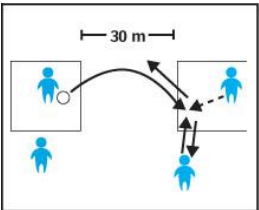
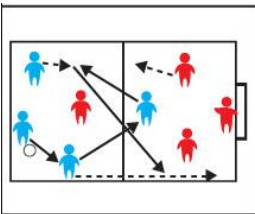
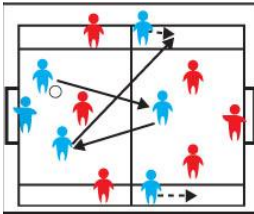
Футбол-теннис в воздухе	Удар по воротам в «дай и иди»	Игра в глубине	Матч по теме – поиск игры в глубину	МОДУЛЬ 7
<p>Наносить удары в воздух и поиск нервно-мышечного восприятия. Проприоцептивная стимуляция восприятия.</p>  <p><i>Игра развивается, как и на предыдущих уроках, за исключением того, что после первого отскока выполняются 3 удара в воздух. Каждый удар должен наносить другой игрок. Удар должен быть простым, иначе он повторяется. После каждой смены мяча происходит смена позиций (меняется также игрок, выполнявший удар).</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • наносить удар внутренней стороной стопы. • наносить удар только правой или только левой ногой. 	<p>Мощный и точный удар по воротам подъемом правой/левой стопы мячом в движении.</p>  <p><i>Игра развивается по парам с игроками, размещенными, как это указано на рисунке. Игрок «А» передает мяч игроку «В», который выполняет передачу по внутреннему краю игроку «А», который наносит удар по воротам (внутренней стороной стопы). Выполнять упражнение различными сторонами стопы.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • игрок «В» получает с остановкой мяч, следует в стороне и завершает «дай и иди» внутренней стороной для «С», выполняющего удар по воротам (смотри рисунок слева). 	<p>Активное изучение линии вне игры, владение мячом и организация игроков. Перекрещивающиеся движения нападающих.</p>  <p><i>Предложенное упражнение заключается в простой игровой ситуации, в которой две команды, состоящие из 6 игроков каждая, соревнуются на поле, размером 50 x 30 метров. Обозначается линия, параллельная лицевой линии поля на расстоянии 10 метров, создавая, таким образом, две «свободных зоны», где может находиться только вратарь или один нападающий, входящий в зону для приема передачи в глубину. Заключительный удар по воротам должен выполняться с первой попытки.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 10 метровая линия имеет такое же значение, как и линия вне игры. 	<p>Этим видом матча стимулируется поиск игры в глубине, проверяются приобретенные знания.</p>  <p><i>Матч 9 против 9 на пространстве 45 x 60 метров с тактической темой, при которой необходимо найти постоянные решения для игры в глубину.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ограничить количество касаний (например, 2 или 3) для ускорения поиска решений (умственная обработка и быстрота выполнения). • гол, выполненный по предложенной тактической теме, получает двойные очки. 	<p>Основная техническая цель: УДАР ПО ВОРОТАМ МЯЧОМ В ДВИЖЕНИИ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол-теннис 10´ • Скакалка 20´ • «Дай и иди» с ударом по воротам 25´ • Игра в глубину 25´ • Матч по теме 10´ • Свободная игра 10´ <p>Проверка знаний</p> <p>Количество детей: Продолжительность: 100´</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Кольшки • Мини-ворота • Мишени–силуэты • Скакалки <p style="text-align: center;"><i>«Ты хороший тренер, если берешь на себя обязательство предусмотреть уход твоих ребят из спорта и заставишь играть всех».</i> SGS</p>

УРОК №21

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 7
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по траектории. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по траектории в разграниченном пространстве 15' <p>ДИДАКТИЧЕСКАЯ КОМБИНАЦИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Две пары с мячом в движении 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Владение мячом и смена игры из активной зоны в пассивную. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 4 против 4 с превосходством в наступательной зоне 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> 6 против 6 с боковыми покровителями в атаке 30' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Подвижность суставов 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по траектории в разграниченном пространстве 15' Подвижность суставов 20' Две пары с мячом 15' 4 против 4 с превосходством в наступательной зоне 20' 6 против 6 с боковыми покровителями в атаке 30' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> передача и прием, удар по воротам в воздухе. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> организация игроков, завоевание пространства и «игра в стену». 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> выносливость и быстрота 	



УРОК №21: ИГРАЙ С ПОКРОВИТЕЛЕМ И ДЕЛАЙ РЕЗАНЫЙ МЯЧ

Удар по траектории в разграниченном пространстве	Две пары с мячом в движении	4 против 4 при превосходстве в наступательной зоне	6 против 6 с боковыми покровителями в атаке	<u>МОДУЛЬ 7</u>
<p>Устойчивость технического движения удара внутренней стороной подъема по траектории остановленным мячом и мячом в движении.</p>  <p>На двух одинаковых площадках 10 x 10 метров соревнуется пара игроков. Игра заключается в нанесении удара мячом по траектории в указанные площадки. Когда мяч падает на площадку противника, игрок зарабатывает очко.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> низкая передача и передача в воздух для нанесения прямого удара по траектории. низкая передача, последовательный прием и передача к внешней стороне квадрата и удар по траектории. 	<p>Устойчивость технического движения удара внутренней стороной подъема по траектории и прием мяча в движении.</p>  <p>На двух одинаковых площадках 10 x 10 метров, расположенных друг от друга на расстоянии 30 метров, соревнуются две пары игроков. Игра заключается в нанесении удара по траектории на противоположную площадку, остановке мяча и его передаче товарищу, находящемуся вне квадрата. После «игры в стену» повторяется действие, ударяя мяч с первой попытки по траектории в противоположный квадрат.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> низкая передача и в воздухе, прямой удар мяча по траектории (по очереди), прием и «игра в стену» с внешним игроком и снова низкая передача (по очереди). 	<p>В этой игровой ситуации защитники получают стимул сохранять владение мячом на оборонительном этапе, этапе приема, организации игроков, «игры в стену» и смены игры из активной зоны в пассивную.</p>  <p>Пространство 40 x 25 метров делится на два. На одной половине поля играют 3 против 1 с целью сохранения владения мячом и передачи его нападающему, находящемуся на другой половине поля (1 против 2 + вратарь). 3 полузащитника, чтобы преодолеть среднюю линию, должны выполнить «игру в стену» с последующей сменой игры (смотри рисунок). Защита 2 защитников возможна только при «игре в стену», в то время как она становится активной в других игровых ситуациях.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> с 2 нападающими на наступательном этапе. с 2 центральными и 2 внешними на краях площадки. 	<p>Основной целью является смена игры из активной зоны в пассивную; понимание включения в игру сбоку; поиск глубины и «игра в стену», что является необходимым элементом для принятия решения об атаке.</p>  <p>На игровой площадке 30 x 50 метров, разделенной на две половины средней линией и боковыми зонами, соревнуются две команды с 2 центральными игроками, нападающим и 2 внешними игроками, оказывающими наступательную поддержку. Игра заключается в выполнении «игры в стену» с последующей сменой игры одним из двух внешних игроков. Защита пассивная при нападающем, выполняющим «игру в стену», в то время, как центральный, вертикально передающий мяч, пересекает среднюю линию и принимает участие в наступательном действии.</p>	<p>Основная техническая цель: НАНОСИТЬ УДАР ПО ТРАЕКТОРИИ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> Удар по траектории в разграниченном пространстве 15' Подвижность суставов 20' Две пары с мячом 15' 4 против 4 с превосходством в наступательной зоне 20' 6 против 6 с боковыми покровителями в атаке 30' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Колышки <p style="text-align: center;"><i>«На тропе нашего счастья мы найдем знание».</i> Р. Бах</p>

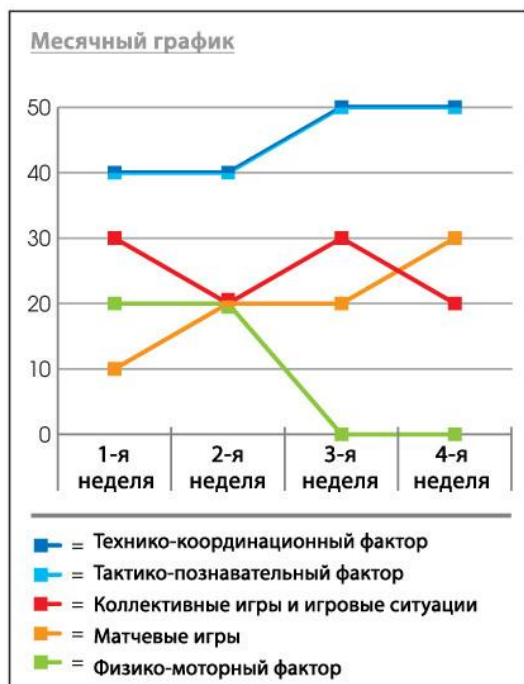
ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 8

КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ»

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- В данном завершающем периоде нашей программы неплохо будет придерживаться предложенной дидактики. Проводить некоторые турниры внутреннего характера, посредством которых ребята сравнивают свои собственные индивидуальные и коллективные умения в спокойном и мотивирующем дидактическом контексте. Иногда мы, преподаватели, не желая того, ведем тренировки со слишком серьезным подходом и поведением.



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Этап восприимчивого совершенствования/технические умения
Удар головой
- ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Организация игроков.
Ускорение выбора.
Поддержка _____ между отделениями.
- ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
Быстрота – скорость – подвижность суставов.

№ УРОКА: _____

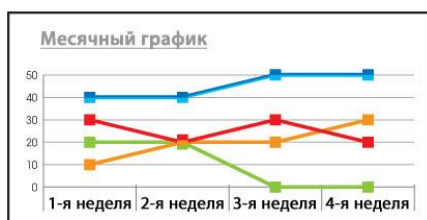
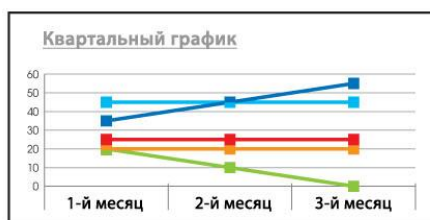
№ НЕДЕЛИ: _____

№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

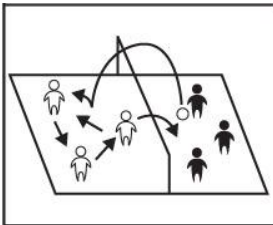
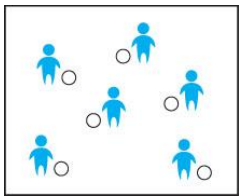
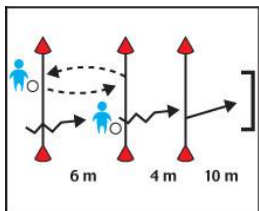
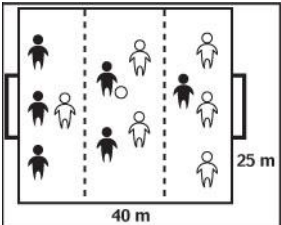
Примечание: _____

УРОК №22

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 8</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Индивидуальная техника. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис 10' <p>ДИДАКТИЧЕСКАЯ ГИБКОСТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Чувство мяча - этап укрепления технических умений 30' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Организация игроков <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра по секторам 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра по теме 10' ● Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота ● Скорость <ul style="list-style-type: none"> ● Челнок 6 м + 6 м, ведение мяча и удар по воротам 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис 10' ● Чувство мяча 30' ● Челнок 6 м + 6 м 20' ● Игра по секторам 20' ● Игра по теме 10' ● Свободная игра 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● удар в воздухе. ● прогнозирование. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ускорить игру (моторная реакция). 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● подвижность суставов. 	

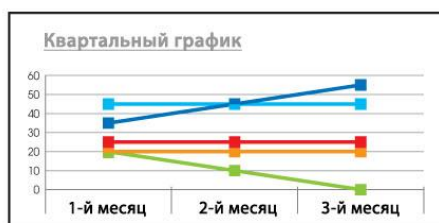


УРОК №22: ОРГАНИЗУЙСЯ И ИГРАЙ С УМЕНИЕМ

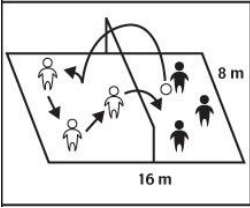
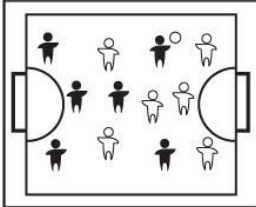
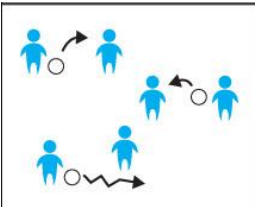
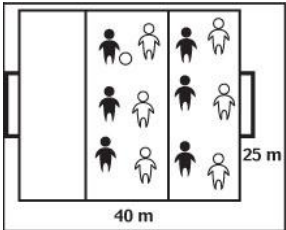
Внутренний турнир по футболу- теннису в воздухе	Очувствление с мячом	Челнок 6 м + 6 м	Игра по секторам	МОДУЛЬ 8
<p>Стимуляция восприятия для удара в воздухе, способствует умению точно наносить удар, распределяя силу и направление движения.</p>  <p><i>Внутри группы организуют команды из 3 – 4 игроков. Правила игры предусматривают, что после первого отскока выполняются как минимум 3 удара в воздухе. Каждый удар должен быть сыгран другим игроком. Удар необходимо наносить так, чтобы команда могла легко играть. С каждой сменой мяча выполняется смена ролей и очередность нанесения удара.</i></p>	<p>Развивает и стабилизирует технические умения посредством повторения и укрепления старого и нового содержания.</p>  <p><i>Каждый игрок имеет в распоряжении мяч. В этом упражнении стимулируется восприимчивая способность. Деятельность развивается в основном с перебрасыванием мяча, выполняемым различными способами. Выполнять также упражнения, предлагаемые учениками.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ведение мяча на музыкальной основе. • ведение, дриблинг и обманные движения. • выполнение по двое или по трое игроков. 	<p>Способствует улучшению быстроты, скорости и частоты движений с помощью использования мяча.</p>  <p><i>Ребята выполняют быстрый пробег 6 метров туда и обратно, после чего они завладевают мячом, быстро достигая зону удара по воротам, откуда наносят заключительный удар в сетку. Побеждает тот, кто первым попадет в ворота.</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • через раз менять техническое движение для удара по воротам. • разные положения старта. 	<p>Способствует понятию организации игры. Ускоряет этап принятия решения (познавательный прессинг), а также удара по воротам, который должен быть выполнен быстро.</p>  <p><i>Игра заключается в матче 6 против 6 или 7 против 7 на игровой площадке 25 x 40 метров, разделенной на три одинаковых сектора. Игра предусматривает, что во втором секторе, в котором играет матч, ограничено количество касаний, которые можно выполнить, например: 3 касания в секторе защиты, 2 касания в центральном секторе и 1 касание в третьем секторе (нападение).</i></p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • менять количество и расположение секторов. • менять количество игроков и игровое пространство. 	<p>Основная техническая цель: УКРЕПЛЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКИХ УМЕНИЙ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол-теннис 10' • Чувство мяча 30' • Челнок 6 м + 6 м 20' • Игра по секторам 20' • Игра по теме 10' <p>Игра внутренней стороной стопы с низкой передачей (игроку, не в зону)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Свободная игра 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ограничители • Куртки • Двусторонние ворота • Мячи № 4 • Лента • Конусы • Кольшки <p>«Ребенок взрослому: не позволяй, чтобы мои страхи вызвали твое беспокойство, потому, что ты тогда станешь более боязливым; покажи мне храбрость». <i>Л Эрбавольо</i></p>

УРОК №23

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 8
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Развитие технических умений. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис - турнир в воздухе 10' <p>ДИДАКТИЧЕСКАЯ ГИБКОСТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> Ручной мяч с ударом головой 20' Чувство мяча - Индивидуальная техника - укрепление технических умений 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Помощь между отделениями <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Игра с соседними отделениями 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Игра по теме 10' Свободная игра 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота и особая координация. <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис - турнир 10' <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> Чувство мяча 20' Ручной мяч 20' Игра с соседними отделениями 20' Игра по теме 10' Свободная игра 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> удар головой. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> контроль пространства 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> общая выносливость с мячом. 	

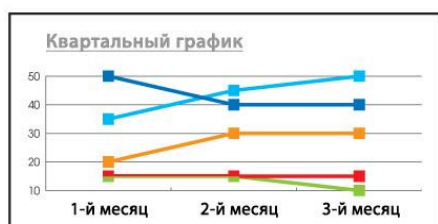


УРОК №23: ПОМОГИ ТОВАРИЦУ

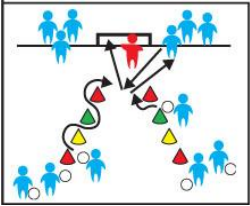
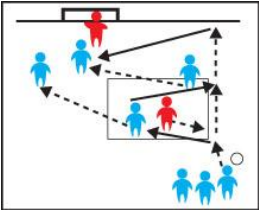
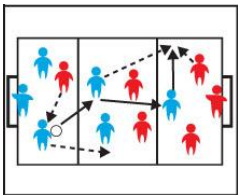
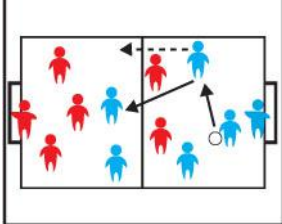
Внутренний турнир по футболу- теннису в воздухе	Ручной мяч	Чувство мяча	Игра по соседним отделениям	МОДУЛЬ 8
<p>Стимуляция восприятия для удара в воздухе, способствуя умению точно наносить удар, распределяя силу и направление движения.</p>  <p>Внутри группы организуют команды из 3 – 4 игроков. Правила игры предусматривают, что после первого отскока выполняются как минимум 3 удара в воздухе. Каждый удар должен быть сыгран другим игроком. Удар необходимо наносить так, чтобы команда могла легко играть. С каждой сменой мяча выполняется смена ролей и очередность нанесения удара.</p>	<p>Способствует динамичному удару головой при прессинге противника.</p>  <p>Игра заключается в матче руками (6 против 6 или 7 против 7), с засчитываемым мячом, забитым головой. В ограниченной площадке ворот, на заключительном этапе, максимально могут находиться 3 нападающих, и только один защитник, кроме вратаря. Перемещение с мячом может выполняться ударом мяча о землю (как в баскетболе).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● анализировать перемещения нападающих (перекрещивающиеся движения). 	<p>Этап совершенствования и укрепления технических умений.</p>  <p>Это упражнение предусматривает работу в парах и в группах по три ученика. Упражнения призваны, в первую очередь, совершенствовать особые чувственно – восприимчивые способности удара по мячу. Творческий характер и изобретательность, как учеников, так и тренера могут способствовать выполнению других упражнений.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● работа в парах и в группах по трое. ● ведение и обманные движения. ● обманные движения и дриблинг; ● дриблинг и передача; ● перебрасывание мяча; ● перебрасывание по траектории; ● использование бубна. 	<p>Способствует помощи между отделениями и занятию пространства.</p>  <p>Упражнение заключается в матче 6 против 6 или 7 против 7 на игровом пространстве 25 x 40 метров, разделенном на три одинаковых сектора. Игра предусматривает, что две линии игроков (линия наступления и линия защиты) находятся в соседних секторах по отношению к мячу, как на этапе владения, так и не владения мячом. Гол засчитывается, если все игроки находятся в правильном положении (отделение).</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● применять точное количество касаний в различных секторах. 	<p>Основная техническая цель: УКРЕПЛЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКИХ УМЕНИЙ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис - 10' турнир <p>ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПУНКТАМ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Чувство мяча 20' ● Ручной мяч 20' ● Игра с соседними отделениями 20' ● Игра по теме 10' <p>Обязательно два касания, только одно касание для удара по воротам</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободная игра 20' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Колышки <p><i>«Также уважение между ребятами основывается на признании прав и достоинства того, кто играет по-другому, одевается и говорит по-другому».</i> ЮНИСЕФ</p>

УРОК «24»

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 8</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Развитие технических умений. <p>СТИМУЛЯЦИЯ ВОСПРИЯТИЯ</p> <ul style="list-style-type: none"> Ведение между конусами и удар по воротам 25' <p>ДИДАКТИЧЕСКАЯ ГИБКОСТЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> Передай мяч и выполни резанный пас 25' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Скорость в выборе /помощь между отделениями <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 2 против 1 в зоне защиты и 2 против 2 в средней зоне 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> 6 против 6 с включением в игру 20' Свободная игра 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ведение между конусами и удар по воротам 25' Передай мяч и выполни резанный пас 25' 2 против 1 в зоне защиты и 2 против 2 в центральной зоне 20' 6 против 6 с включением в игру 20' Свободная игра 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ограничители Куртки Двусторонние ворота Мячи № 4 Лента Конусы Кольшки
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> удар по воротам, «дай и иди», «дай и следуй». 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> «игра в стену», «дай и иди», смена игры. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p>	



УРОК №24: ИГРАЙ С ТОВАРИЩАМИ И БЕЙ ПО ВОРОТАМ

Ведение между конусами и удар по воротам	Передай мяч и выполни резанный пасс	2 против 1 в зоне обороны и 2 против 2 в центральной зоне	6 против 6 с включением в игру	МОДУЛЬ 8
<p>Упражнение позволяет развивать технику быстрого и точного ведения, передачи и удара по воротам.</p>  <p>Четыре шеренги игроков, две, расположенные за штрафной зоной, а другие по сторонам от ворот. Мяч должен вестись по маршруту нахождения конусов, после которых выполняется низкая передача товарищу, находящемуся впереди с правой стороны от ворот. Этот последний «играет в стену», перед ударом по воротам товарищем, стартующим по маршруту. Ученик, бьющий по воротам, становится в шеренгу для «игры в стену», в то время как его товарищ, выполнивший обратную передачу, берет мяч и располагается для последующего удара по воротам. Действие разворачивается по очереди между двумя шеренгами.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● бег между конусами без мяча и удар по воротам с разбега (фронтальная передача). ● бег между конусами без мяча и удар по воротам с разбега (передача по диагонали). 	<p>Этим видом игры стимулируется понятие включения в игру сбоку посредством упрочения технических способностей передачи и приема в изменчивой дидактической ситуации с активным защитником. Поиск быстроты в активной зоне и сотрудничества.</p>  <p>На пространстве 15 x 10 метров расположены 2 нападающих против 1 защитника. Задачей нападающих является отрыв от противника в пространстве для приема мяча, передаваемого товарищем в «дай и иди». Этот последний ведет мяч к линии ворот для выполнения затем резаного пасса 2 нападающим. Упражнение выполняется последовательно, как справа, так и слева с чередованием ролей.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● увеличить пространство с двумя защитниками. ● с «игрой в стену» с 1 нападающим и боковой передачей 2 нападающим, отрыв от противника в глубину. 	<p>Способствует умению организации и включения в игру («дай и следуй»), этапу оказания помощи между различными отделениями и постоянному поиску знаний коллективной игры.</p>  <p>Игровое пространство 50 x 20 метров разделено на три зоны. В центральной зоне играют 2 против 2, в то время как в других зонах (оборона) играют 2 против 1. Целью игры является получение мяча из одной зоны в другую посредством низкой передачи в «дай и следуй». Создавая в центральной зоне численное превосходство, а в зоне, где находится 1 нападающий, численное равенство.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● могут быть включены 2 игрока в наступательную зону (3 против 2). ● прямая передача нападающему в «дай и следуй». 	<p>Стимулирует понятие включения в игру и развитие на этапе наступления свободной инициативы в завоевании пространства в глубину, а также улучшает сотрудничество и организованность между отделениями.</p>  <p>Матч 6 против 6 на площадке, разделенной пополам средней линией. Расположение игроков на поле следующее: 3 позади и 2 впереди. Когда команды владеют мячом, они постоянно ищут решения для игры в глубину, для включения в игру сбоку, или в центре игроков, находящихся позади средней линии. Нападающие постоянно передвигаются для приема мяча. Только игрок, выполнивший передачу, может перейти среднюю линию.</p> <p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● с поддержкой сбоку. ● включение в игру двух игроков (4 против 3). ● обязательно «игра в стену» для включения в игру. 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕДАЧА И ПРИЕМ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ведение между конусами и удар по воротам 25' ● Передай мяч и выполни резанный пасс 25' ● 2 против 1 в зоне защиты и 2 против 2 в центральной зоне 20' ● 6 против 6 с включением в игру 20' ● Свободная игра 10' <p>Количество детей: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ограничители ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Мячи № 4 ● Лента ● Конусы ● Кольшки <p style="text-align: center;"><i>«Учи слова, выходящие из рта мудреца, и применяй их на практике в своей жизни».</i> К. Жибран.</p>

ОПЕРАТИВНЫЕ (РАБОЧИЕ) КАРТОЧКИ ВРАТАРИ КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ»



ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 1

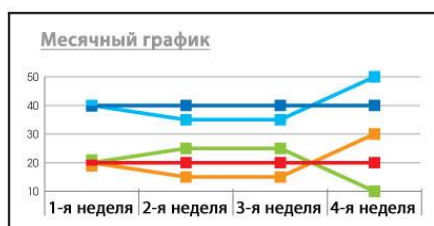
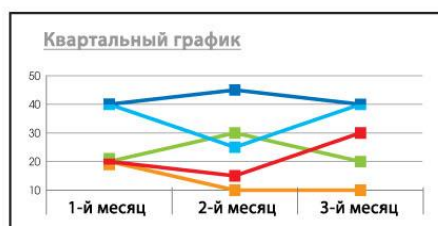
КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

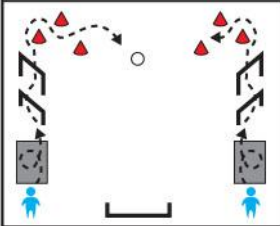
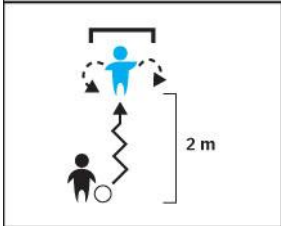
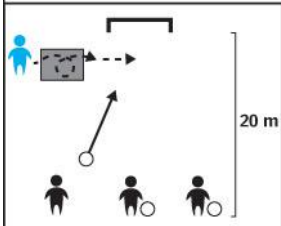
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Вратарь категории «дебютанты» в состоянии выполнить взятие мяча в действии броска в сторону. ● Полезным дидактическим методом, способствующим обучению, является наблюдение за техническим движением, выполняемым тренером и товарищем. ● Особенно в этой категории базовой деятельности проверяется рост физических качеств. 	<p>Месячный график</p> <table border="1" style="margin: 10px auto; border-collapse: collapse;"> <caption>Данные для месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Фактор</th> <th>1-я неделя</th> <th>2-я неделя</th> <th>3-я неделя</th> <th>4-я неделя</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Техничко-координационный фактор</td> <td>40</td> <td>40</td> <td>40</td> <td>40</td> </tr> <tr> <td>Тактико-познавательный фактор</td> <td>40</td> <td>35</td> <td>35</td> <td>50</td> </tr> <tr> <td>Коллективные игры и игровые ситуации</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>Матчевые игры</td> <td>20</td> <td>15</td> <td>15</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>Физико-моторный фактор</td> <td>20</td> <td>25</td> <td>25</td> <td>10</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Техничко-координационный фактор	40	40	40	40	Тактико-познавательный фактор	40	35	35	50	Коллективные игры и игровые ситуации	20	20	20	20	Матчевые игры	20	15	15	30	Физико-моторный фактор	20	25	25	10	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p style="text-align: center;">ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Взятие центрального мяча и мяча по диагонали (с перемещением), ноги вместе и с коленом на земле. Отбивать мяч кулаком или открытой рукой с этапом полета или без него. Бросать балансиром ● ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Располагаться на биссектрисе ● ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Быстрота – начальная акробатика: Сочетание нескольких элементов. <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя																												
Техничко-координационный фактор	40	40	40	40																												
Тактико-познавательный фактор	40	35	35	50																												
Коллективные игры и игровые ситуации	20	20	20	20																												
Матчевые игры	20	15	15	30																												
Физико-моторный фактор	20	25	25	10																												
<p>Примечание: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК №1

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 1
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Способность реакции. Футбол-теннис 15' Схвати мяч на лету 15' Чувство мяча 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Толкование действия после акробатического этапа. Игровые ситуации Поиск верного положения 20' Матчевые игры Свободный матч 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота Моторный маршрут на сумму баллов 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис 15' Моторный маршрут на сумму баллов 20' Чувство мяча 10' Схвати мяч на лету 15' Поиск верного положения 20' СВОБОДНЫЙ МАТЧ 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (разных цветов и размеров) Конусы Маркеры Маты Куртки Двусторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> бить по мячу. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> один против одного. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность ритма. 	

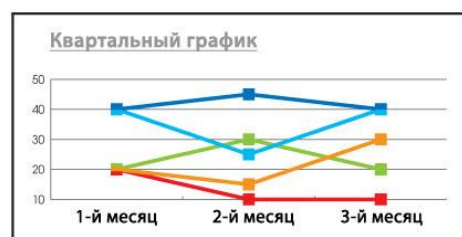


УРОК №1: ПОЙМАЙ МЯЧ В ВОЗДУХЕ

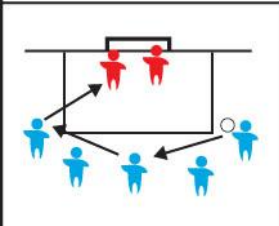
Моторный маршрут на сумму баллов	Схвати мяч на лету	Поиск верного положения	<u>МОДУЛЬ 1</u>
<p>Эта игра улучшает технико-координационные аспекты. Способствует начальным акробатическим движениям</p>  <p><i>Партнеры должны выполнить маршрут (например, как этот, указанный на рисунке), за как можно меньшее время. Тот, кто прибывает первым, наносит удар по воротам, второй остается.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● старт может осуществляться из различных положений (сидя, лежа на животе, на спине и т.д.). ● менять маршрут, устанавливая различные средства и инвентарь. 	<p>Этим упражнением стимулируется способность реакции и улучшается технический аспект броска на мяч.</p>  <p><i>Упражнение выполняется парой. Вратарь становится спиной, второй неожиданно, делает карамболь мячом в корпус первого, который должен очень быстро схватить мяч. Расстояние между обоими 1 или 2 метра.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● перед тем, как мяч упадет на землю, он должен быть перехвачен. ● двумя мячами, после захвата первого бросается второй, который должен быть по возможности перехвачен. 	<p>Это упражнение стимулирует способность реакции и ориентации после определенного акробатического этапа и способствует развитию способности сочетания нескольких движений.</p>  <p><i>На ширину мяча кладется коврик. Вратарь, после выполнения переворота, находит наиболее подходящее положение по отношению к мячам, посылаемым с границы площадки (расстояние 16 – 20 метров).</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● переворот назад. ● удары по мячам производятся после выполнения передачи самому себе. ● один бьет по мячу, остальные выполняют обманные движения. 	<p>Основная техническая цель: БРОСОК НА МЯЧ С ЭТАПОМ В ВОЗДУХЕ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис 15' ● Моторный маршрут на сумму баллов 20' ● Развитие чувства мяча 10' ● Схвати мяч на лету 15' ● Поиск верного положения 20' СВОБОДНЫЙ МАТЧ 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Маты ● Куртки ● Двусторонние ворота <p style="text-align: center;"><i>«Игра - это вызов внутреннему миру, чтобы доказать, что насколько бы ты ни был большим, не забывай, что ты был маленьким»</i> ЮНИСЕФ</p>

УРОК №2

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 1
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Захват высоких мячей и надежное удержание на груди. По парам в квадрате 10' Групповые передачи руками 15' Если ты избегаешь, тебя атакуют 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Время вызова мяча. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Бычок руками 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч руками 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота Моторный маршрут-эстафета: передай мяч в воздух и беги 25' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> По парам в квадрате 10' Моторный маршрут 25' Бычок руками 20' Групповые передачи руками 15' Если ты избегаешь, тебя атакуют 10' Матч руками 15' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (разных цветов и размеров) Конусы Маркеры Куртки Ворота с укороченными размерами
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> оценка пространство-время; развитие периферического зрения; правильное положение рук для захвата. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> поиск точки участия. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> рывок правой и левой ногой. 	



УРОК №2: ЗАХВАТ И УДЕРЖАНИЕ МЯЧА

По парам в квадрате	Групповые передачи руками	Если ты избегаешь, тебя атакуют	<u>МОДУЛЬ 1</u>
<p>Развитие периферического зрения и способности блокировки мяча под прессингом противника.</p>  <p><i>По парам, на большом разграниченном пространстве 10 x 10 метров, 8 -10 вратарей делятся по курткам одного цвета. Игра заключается в передаче мяча руками. Различными способами и по сигналу тренера выполняется одновременный обмен мячами каждого со своим товарищем. Пары, позволившие упасть мячу, получают штраф.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● перед обменом мячами можно выполнить переворот вперед. ● штраф для пары, выполнившей последней обмен мячами. ● обмен мячами может выполняться ударом ногой вверх. 	<p>Это упражнение стимулирует юного вратаря на оценку пространства/ времени траектории мяча, летящего в зону ответственности. Кроме того, побуждает соблюдать безопасность собственных средств при высоких уходах.</p>  <p><i>Образуются равнозначные пары вратарей и по очереди пары защищают ворота в течение определенного времени (например, 2 минуты). Все остальные вратари (нападающие), находящиеся вокруг небольшой площадки, передают друг другу высокий мяч, пытаясь забить гол головой. Они могут входить на небольшую площадку только при перебрасывании и ударе головой, чтобы позволить вратарям защититься, рассчитав возможность выхода. Побеждает пара, которая по завершении всей игры (по очереди) пропустит меньше голов.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● менять время игры. 	<p>Это упражнение стимулирует улучшение технического движения выхода и захвата (при отражении) высоких мячей. Кроме того, приучает вратаря к физическому контакту при рывке и развивает принятие решения и уверенность в своих средствах.</p>  <p><i>По командам игра происходит на границе небольшой площадки с группой вратарей, которая защищается, а вторая - нападает. Защищающиеся вратари располагаются все внутри ворот и только один вратарь (по очереди) выполняет выход на резаный удар тренера, противникам запрещается мешать ему. Вратарь выполняет захват или отражение кулаком. На основе отражения (короткого), в игру вступают все нападающие, которые за несколько секунд должны забить мяч в ворота. В игру могут вступать также другие защищающиеся вратари, которые могут оказывать поддержку своему товарищу для предотвращения гола.</i></p>	<p>Основная техническая цель: ЗАХВАТ И УДЕРЖАНИЕ ВЫСОКИХ МЯЧЕЙ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● По парам в квадрате 10´ ● Моторный маршрут 25´ ● Бычок руками 20´ ● Групповые передачи руками 15´ ● Если ты избегаешь, тебя атакуют 10´ ● Матч руками 15´ <p>Количество ребят: Продолжительность: 100´</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Куртки ● Ворота с укороченными размерами <p><i>«Игра - это рай для тех, кто страстно любит многие вещи» Л. Бускаля</i></p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 2

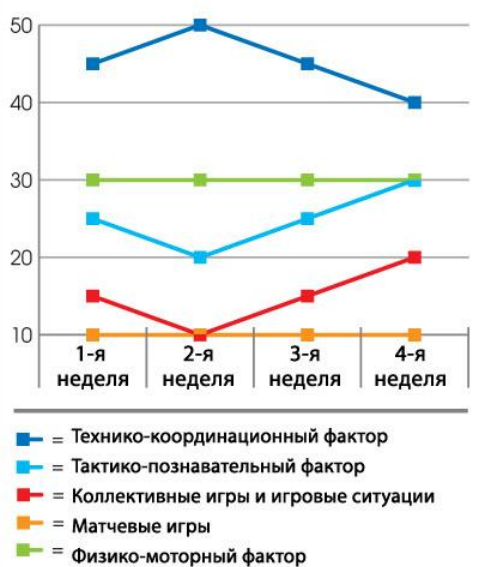
КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Вратарь категории «дебютанты» правильно применяет и в тактическом ключе ввод мяча в игру, как ногами, так и руками.
- Игры должны иметь немного правил и быть легкими в понимании.
- Проверь время от времени техническое поведение вратаря, заставляя играть его в других ролях.
- Обогащай их технический опыт.

Месячный график



МЕСЯЦ _____

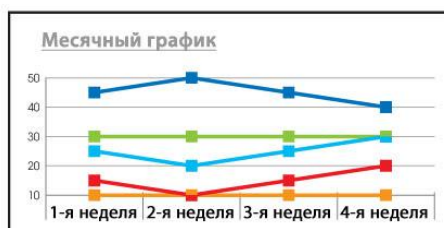
ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- **ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Перехватывать мяч высоким захватом, с толчком или без него;
Перехватывать низовые мячи с прыжком в сторону;
Отбивать кулаком или открытой ладонью с рывком или без него;
Бросать балансиром
- **ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Располагаться на биссектрисе после перемещения в сторону;
Бреющие выходы в ноги 1 на 1.
- **ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
Начальная акробатика: переворот, перекатывания, двуправорукость при толчке, толчок правой или левой ногой.
№ УРОКА: _____
№ НЕДЕЛИ: _____
№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

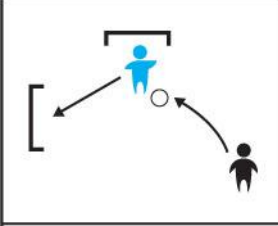
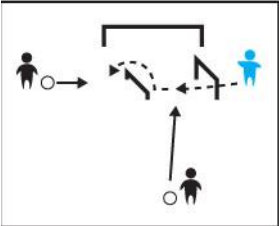
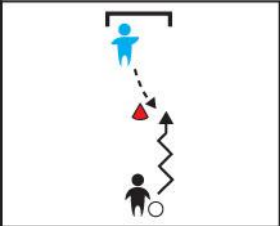
Примечание: _____

УРОК №3

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 2
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Бросать руками. Футбол-теннис 10' Чувство мяча 15' Броски руками 20' <p>Примечание: _____ _____</p> <p>Варианты: _____ _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Бреющий выход в ноги 1 на 1. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 против 1 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободный матч 10' <p>Примечание: _____ _____</p> <p>Варианты: _____ _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Двуправорукость в толчке Подвижность суставов Упражнения на подвижность суставов с мячом 10' Маршрут с толчком и высоким захватом 20' <p>Примечание: _____ _____</p> <p>Варианты: _____ _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол-теннис 10' Упражнения на подвижность суставов с мячом 10' Чувство мяча 15' Броски руками 20' Маршрут с толчком и высоким захватом 20' 1 против 1 15' СВОБОДНЫЙ МАТЧ 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (разных цветов и размеров) Конусы Маркеры Маты Куртки Двусторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> захват бокового резаного мяча. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность прогнозирования движений противника. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> способность ритма. 	

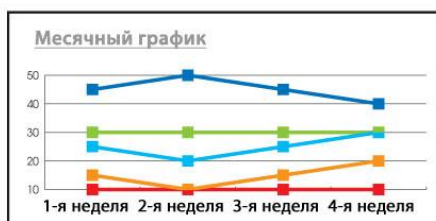


УРОК №3: ВЫЙДИ И НЕ ДАЙ СЕБЯ ПРЕОДОЛЕТЬ

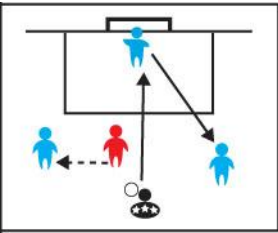
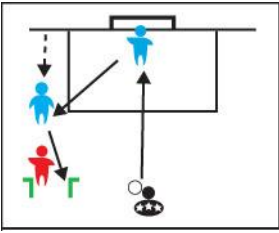
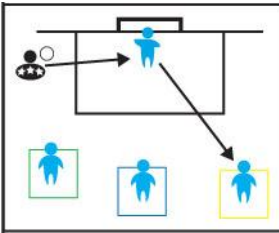
Броски руками	Маршрут с толчком и высоким захватом	1 на 1	<u>МОДУЛЬ 2</u>
<p>Способствует способности предугадывания и улучшению технического умения броска руками.</p>  <p><i>Вратарь стоит в воротах и перехватывает удар слева. Его задачей является возврат мяча в небольшие ворота, расположенные сбоку на противоположной стороне (то же самое с другой стороны).</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● то же задание, но теперь вратарь не может применять руки. ● в небольших воротах становится второй вратарь (играет без рук). 	<p>Улучшает технико-координационную способность вратарей, стимулирует сочетание технических движений и особых моторных действий.</p>  <p><i>Устанавливается лента и барьер. Вратарь должен перехватить мяч в прыжке, не задев ленты, и сразу же после выполнения высокого фронтального захвата, перепрыгнуть барьер.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● после захвата мяча вратарь выполняет вбрасывание мяча руками или ввод ногами. 	<p>Способствует обучению выходу на действие или один на один и способности предчувствовать намерения противника (прогнозирование).</p>  <p><i>Нападающий стартует с расстояния около 20 метров от ворот. Вратарь, находящийся на линии, должен выйти, своевременно выбрав момент, в ноги противника, пытаясь перехватить мяч.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● после перехвата мяча вратарь должен переместиться в ворота, для остановки мяча тренера. ● игра с двумя воротами (на расстоянии 20 метров одни от других). После перехвата мяча вратарь может выполнить удар по воротам напротив него (по очереди). 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕХВАТ МЯЧА В СИТУАЦИИ 1 НА 1</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис 10' ● Упражнения на подвижность суставов с мячом 10' ● Чувство мяча 15' ● Броски руками 20' ● Маршрут с толчком и высоким захватом 20' ● 1 против 1 15' <p style="text-align: right;">СВОБОДНЫЙ МАТЧ 10'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Маты ● Куртки ● Двусторонние ворота <p style="text-align: center;"><i>«Шарнир, соединяющий планирование (часто теоретическое) и практическую реальность команды, является моментом обучения-урока»</i> SGS</p>

УРОК №4

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 2
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Вбрасывание мяча возможными способами при развитии точности передачи. Ищи свободного товарища 10' Дай мяч на бегу 20' Объяви передачу 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Толкование игровой ситуации. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Играй передачу назад 10' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч при численном превосходстве 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота цикличного движения. Челночная эстафета при прохождении колышков 30' Матч руками с голом головой 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ищи свободного товарища 10' Эстафета и матч 30' Дай мяч на бегу 20' Играй передачу назад 10' Объяви передачу 15' Матч при численном превосходстве 15' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (разных цветов и размеров) Конусы Маркеры Куртки Маленькие ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> контроль мяча различными способами. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> поиск свободного товарища; быстрый повтор движения. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> развитие суставов и мышц верхних конечностей. 	



УРОК №4: ВБРАСЫВАНИЕ МЯЧА

Ищи свободного товарища	Дай мяч на бегу	Объяви передачу	<u>МОДУЛЬ 2</u>
<p>Это упражнение стимулирует вратаря оценивать положение товарища, перед тем как выполнить полностью безопасную передачу.</p>  <p>Тренер выполняет передачу вратарю, в то время как один из двух его товарищей по команде (расположенных в верхних точках площадки) атакует противником; вратарь должен быстро переслать мяч свободному товарищу. В случае если вратарь не будет действовать быстро, точно в передаче, или передаст мяч товарищу, находящемуся под прессингом противника, будут назначены штрафные очки.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • бросок тренера может быть выполнен (низовой, с отскоком, высокий и т.д.). • вратарь может выполнить вбрасывание рукой или ногой. • перед вбрасыванием можно вратарю назвать имя товарища (или цвет куртки). 	<p>Данная игра развивает у вратаря способность быстро действовать в контратаке, передавая точно мяч бегущему товарищу.</p>  <p>Едва получив мяч от тренера, вратарь его вбрасывает за площадку товарищу (вратарю), который на бегу сможет контролировать мяч, и должен прямо направить его ударом в маленькие ворота, находящиеся почти на половине поля, защищаемого вратарем противника. Товарищ (бьющий) начинает бег от отметки в момент, когда вратарь блокирует мяч, брошенный тренером. Если он не сможет ударить напрямую в маленькие ворота, это означает, что передача вратаря ему не была точной. Победит тот, кто забьет больше мячей в маленькие ворота.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • мяч можно бросать различными способами. 	<p>Улучшение технического движения передачи (вбрасывания) и анализ применяемой силы по отношению к расстоянию. Поиск точности.</p>  <p>Вратарь после получения мяча от тренера должен попытаться ввести его в игру ногами, после выполнения паса самому себе в одном из пространств, ограниченных различными цветами и с различными расстояниями. Внутри каждого пространства находится другой вратарь этой же команды, который пытается контролировать передачу для получения очков. Вратарь должен объявить перед вбрасыванием зону, в которую он будет посылать мяч. В зависимости от расстояния засчитывается разное количество очков.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • тренер может бросать мяч вратарю различными способами. • вратарь может бить ногами при отскоке или от земли. • вратарь может вбрасывать не низовой мяч двумя способами руками (спиной и крученный). 	<p>Основная техническая цель: ТОЧНОЕ ВБРАСЫВАНИЕ МЯЧА</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ищи свободного товарища 10' • Эстафета и матч 30' • Дай мяч на бегу 20' • Играй передачу назад 10' • Объяви передачу 15' • Матч при численном превосходстве 15' <p>Количество ребяг: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (разных цветов и размеров) • Конусы • Маркеры • Куртки • Маленькие ворота <p style="text-align: center;"><i>«В мире существует крайняя необходимость в людях, предоставляющих свою помощь. Мы, которые нуждаемся в ней, не можем без них жить»</i> <i>Л. Бускалья</i></p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 3

КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Вратарь категории «дебютанты» еще демонстрирует трудности в оценке траекторий высокого мяча. ● Способность внимания юных футболистов намного ограничена по сравнению с взрослыми. ● Нет больше недостатка в мотивации к обучению со стороны ученика. ● При низких выходах и в прыжках он в большей степени проверяет свои акробатические умения и смелость. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Фактор</th> <th>1-я неделя</th> <th>2-я неделя</th> <th>3-я неделя</th> <th>4-я неделя</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Техничко-координационный фактор</td> <td>40</td> <td>45</td> <td>40</td> <td>35</td> </tr> <tr> <td>Тактико-познавательный фактор</td> <td>40</td> <td>35</td> <td>40</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>Коллективные игры и игровые ситуации</td> <td>30</td> <td>25</td> <td>30</td> <td>35</td> </tr> <tr> <td>Матчевые игры</td> <td>10</td> <td>10</td> <td>10</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>Физико-моторный фактор</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>20</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Техничко-координационный фактор	40	45	40	35	Тактико-познавательный фактор	40	35	40	45	Коллективные игры и игровые ситуации	30	25	30	35	Матчевые игры	10	10	10	10	Физико-моторный фактор	20	20	20	20	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Взятие высокого мяча с толчком; Взятие приподнятого над землей мяча с прыжком в сторону; Отбивать кулаком с толчком в боковых зонах; Вбрасывание ногами в воздух и с отскоком. ● ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Располагаться для штрафного удара (прямой и свободный). ● ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Начальная акробатика: переворот, перекатывания, стойка на руках (голове). <p>№ УРОКА: _____</p> <p>№ НЕДЕЛИ: _____</p> <p>№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя																												
Техничко-координационный фактор	40	45	40	35																												
Тактико-познавательный фактор	40	35	40	45																												
Коллективные игры и игровые ситуации	30	25	30	35																												
Матчевые игры	10	10	10	10																												
Физико-моторный фактор	20	20	20	20																												
<p>Примечание: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК №5

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 3
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Перехват. ● Футбол-теннис 10' ● Обучение боковому прыжку с этапом в воздухе 15' ● Остановка после низового резаного удара 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Расположение после движения бокового галопирования. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Неожиданный удар 15' ● Отбей кулаком и забей гол 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободный матч 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Начальная акробатика. ● Упражнения на подвижность суставов с мячом 5' ● Комбинации переворотов вперед и назад с остановками 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис 10' ● Упражнения на подвижность суставов с мячом 5' ● Комбинации переворотов вперед и назад с остановками 10' ● Обучение боковому прыжку с этапом в воздухе 15' ● Остановка после низового резаного удара 15' ● Отбей кулаком и забей гол 15' ● Неожиданный удар 15' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 10'</p> <p>Количество ребяг: Продолжительность: 100'</p>
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность реакции. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● выбор позиции для встречи удара. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность моторной комбинации. 	<p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Матрасы ● Куртки ● Двусторонние ворота

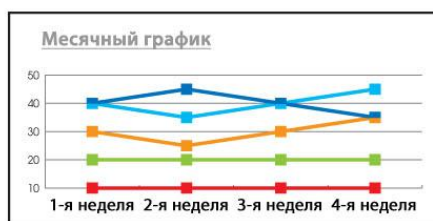


УРОК №5: ПРЫГАЙ И ВОЗЬМИ МЯЧ

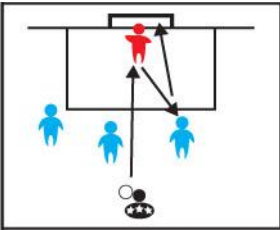
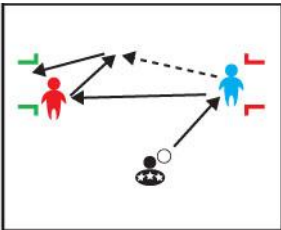
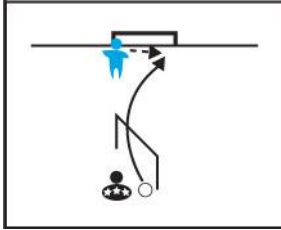
Бросать руками	Отбей кулаком и забей гол	Неожиданный удар	<u>МОДУЛЬ 3</u>
<p>Это упражнение стимулирует сочетание технических действий и способности реакции.</p>  <p><i>Вратарь становится у первой стойки, его товарищ выполняет резаный удар по направлению к вратарю. Вратарь выполняет захват и следующую вторую остановку мяча, выпущенного из-за границы площадки.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • выполнять первую остановку отклонением мяча на удар нападающего, который подбирает отбитый мяч. • тренер называет ученика, который должен нанести удар по воротам. 	<p>Данное упражнение способствует сотрудничеству с другими товарищами и стимулирует способность отбивать кулаком в боковые зоны.</p>  <p><i>Две команды соревнуются в обычном матче. Вратарь может способствовать увеличению количества очков для своей команды, направляя кулаком мяч в одни из двух маленьких ворот, расположенных по сторонам от ворот.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • установить одни маленькие ворота в одно только место. • менять расстояние от маленьких ворот до больших. 	<p>Улучшает передвижение в стороны вратаря, по отношению к расположению мяча.</p>  <p><i>2 вратарей, выполняющих в этом случае роли нападающих, передают мяч друг другу на границе площадки. По сигналу, игрок, имеющий мяч, наносит удар по воротам, в то время как вратарь, следует за мячом, выполняя галопирующие движения в сторону.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • передача между двумя «нападающими» выполняется руками, удар наносится на лету. • нападающий ведет мяч, вратарь вмешивается с низким выходом. 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕМЕЩЕНИЕ В СТОРОНУ, ВПЕРЕД И НАЗАД ПО ОТНОШЕНИЮ К МЯЧУ.</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол-теннис 10' • Упражнения на подвижность суставов с мячом 5' • Комбинации переворотов вперед и назад с остановками 10' • Обучение боковому прыжку с этапом в воздухе 15' • Остановка после низового резаного удара 15' • Отбей кулаком и забей гол 15' • Неожиданный удар 15' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 10'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (разных цветов и размеров) • Конусы • Маркеры • Матрасы • Куртки • Двусторонние ворота <p><i>«Ребенок взрослому: не забывай, что я не могу расти хорошо без понимания и поощрения»</i> <i>Л Эрбавольо</i></p>

УРОК №6

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 3
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Улучшать отклонение мяча, пытаясь направить его в не опасные зоны. Направь отклонение 15' Остановка с помехами 15' Откуда летит мяч? 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> После отражения мяча избегать удара нападающего. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 на 1 с отражением мяча и ударом по воротам 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч без углового 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Психомоторная реакция при различных переворотах. Потеря равновесия и перехват мяча с близкого удара 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Направь отклонение 15' Удар с близкого расстояния 20' 1 на 1 с приемом мяча 20' Откуда летит мяч? 10' Матч без углового 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (разных цветов и размеров) Конусы Маркеры Матрасы Куртки Двусторонние ворота Затемняющее полотнище
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> прыжок в сторону и назад; точка равновесия. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> биссектриса; периферическое зрение. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> быстрота движения. 	



УРОК №6: СДЕЛАЙ ВЕРНОЕ ОТКЛОНЕНИЕ

Остановка с помехами	1 на 1 с отражением мяча и ударом по воротам	Откуда летит мяч?	МОДУЛЬ 3
<p>Эта игра стимулирует вратаря к поиску блокировки мяча и его отклонению туда, откуда он не смог бы быть забитым в ворота противником.</p>  <p>По очереди, в течение минуты, каждый вратарь защищает ворота от ударов ученика, стоящего на границе штрафной линии. Перед ним, на ширине небольшой площадки, передвигаются другие вратари, мешающие ему хорошо видеть и подбирающие возможные варианты отражения мяча, чтобы нанести им удар по воротам. Побеждает тот, кто пропустил меньше всего мячей по завершению игры по очереди всеми.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● игра по командам. ● игрок, бьющий по воротам, может быть из команды противника. ● удары можно наносить с земли в движении, с остановкой «с лету», с отскоком, другой ногой. ● в зависимости от времени (временной прессинг) можно считать удары, выполненные каждым игроком. 	<p>Тренировка способности блокировать мяч и отклонять его в сторону. Поиск психомоторной реакции на основе способности выполнить быстро новое вмешательство.</p>  <p>На мини-поле с двумя небольшими воротами (4 x 2 метра) соревнуются два вратаря одного уровня, которые по очереди наносят один другому удары мячом, который и дает тренер; если защищающийся вратарь блокирует или отклоняет в сторону мяч, действие заканчивается и, теперь он будет наносить удар. Если же мяч при его вмешательстве был отбит, игрок, наносивший удар, сможет нанести его заново по воротам.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● игра по командам. ● удар может быть нанесен «с лету», с отскоком и т.д. ● можно дать дополнительные очки за хорошо выполненные отклонения в сторону. 	<p>Упражнение, требующее максимальной психомоторной реакции. Принуждает отводить мяч, посланный с максимальной скоростью.</p>  <p>На расстоянии шесть - семь метров от ворот располагается затемняющее полотно, чтобы вратарь не мог видеть мячи и тренера. Задачей вратаря является остановка мячей, бросаемых с размаху или по траектории (боковой, справа или слева), пытаясь любым способом остановить мяч с отклонением, из-за близости и трудности определения направления мяча.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● игра может выполняться по командам и бьющим по воротам может быть вратарь команды противника. ● отражение может засчитываться, если мяч останется между вратарем и игроком, бившим по воротам. ● полотно может приближаться или отдаляться. 	<p>Основная техническая цель: УЛУЧШЕНИЕ ОТКЛОНЕНИЯ ВО ИЗБЕЖАНИЕ ГОЛА.</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Направь отклонение 15' ● Удар с близкого расстояния 20' ● 1 на 1 с приемом мяча 20' ● Откуда летит мяч? 10' ● Матч без углового 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Матрасы ● Куртки ● Двусторонние ворота ● Затемняющее полотнище <p style="text-align: center;"><i>«Многие, даже зная цену каждой вещи, не знают ее стоимости» К. Жибран.</i></p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 4

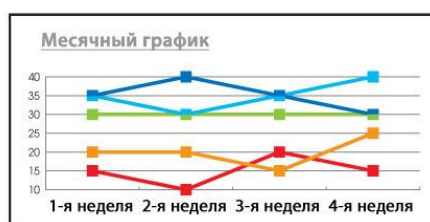
КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

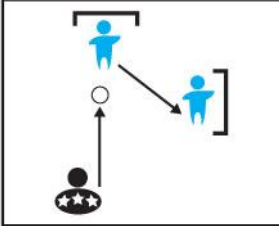
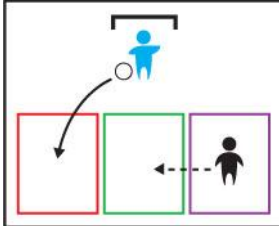
<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Вратарь категории «дебютанты» принимает мяч ногами без всякой проблемы и часто его моторный ответ (если его не прессингует противник) является точным и выполняется в тактическом ключе. ● При оценке ученика необходимо учитывать также социальный, эмоциональный и познавательный аспект. ● Нет больше недостатка в мотивации к обучению со стороны ученика. ● Для вратарей также применяются в качестве формы тренировки особые игровые ситуации. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Месячный график</caption> <thead> <tr> <th>Неделя</th> <th>Техничко-координационный фактор</th> <th>Тактико-познавательный фактор</th> <th>Коллективные игры и игровые ситуации</th> <th>Матчевые игры</th> <th>Физико-моторный фактор</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1-я неделя</td> <td>35</td> <td>35</td> <td>20</td> <td>15</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>2-я неделя</td> <td>40</td> <td>30</td> <td>20</td> <td>10</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>3-я неделя</td> <td>35</td> <td>35</td> <td>15</td> <td>20</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>4-я неделя</td> <td>30</td> <td>40</td> <td>25</td> <td>15</td> <td>30</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор	1-я неделя	35	35	20	15	30	2-я неделя	40	30	20	10	30	3-я неделя	35	35	15	20	30	4-я неделя	30	40	25	15	30	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Взятие мяча, посланного «с лету»; Отбивать кулаком в боковые зоны; ● ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Располагаться для ударов, выполняемых «с лету»; Вбрасывание мяча в тактическом ключе (в воздух). ● ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Быстрота - начальная акробатика с комбинированными элементами. <p>№ УРОКА: _____ № НЕДЕЛИ: _____ № СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Неделя	Техничко-координационный фактор	Тактико-познавательный фактор	Коллективные игры и игровые ситуации	Матчевые игры	Физико-моторный фактор																											
1-я неделя	35	35	20	15	30																											
2-я неделя	40	30	20	10	30																											
3-я неделя	35	35	15	20	30																											
4-я неделя	30	40	25	15	30																											
<p>Примечание: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК №7

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 4
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Перехватывать мячи, посланные «с лету». <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис 5' ● Перехвати мяч, посланный «с лету» 15' ● Отбей кулаком в боковые зоны 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Вбрасывание ногами в тактическом ключе. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бросок ногами 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободный матч 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота. ● Упражнения на подвижность суставов с мячом 10' ● Бросай, беги и бей по воротам 20' <p>Игра по парам, одни ворота, по сигналу, вратарь, находящийся в воротах с мячом, бросает его товарищу, находящемуся в 15/20 метрах, после того, как он установит мяч на земле, тот, кто его бросил, быстро бежит для удара, другой идет в ворота, чтобы его остановить. Вариант: четыре вратаря, двое ворот.</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис 5' ● Упражнения на подвижность суставов с мячом 10' ● Бросай, беги и бей по воротам 20' ● Перехвати мяч, посланный «с лету» 15' ● Бросок ногами 20' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 15'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Матрасы ● Куртки ● Двусторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● бить в воздух. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быстрое толкование ситуации. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность реакции. 	

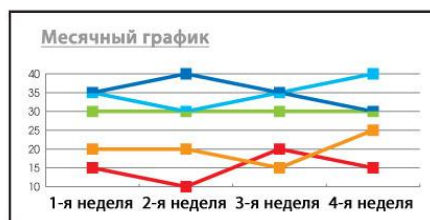


УРОК №7: ИГРАЙ В ВОЗДУХЕ ...НОГАМИ

Перехвати мяч, посланный «с лету»	Отбей кулаком в боковые зоны	Бросок ногами	<u>МОДУЛЬ 4</u>
<p>Это упражнение способствует обучению способности направлять мяч ударом в воздухе и развивает способность захвата мяча, отскочившего от земли.</p>  <p>Игра в двое ворот (расположенные на расстоянии 15/20 метров), на середине поля между двумя кольцами натянута лента. Вратари должны наносить удары по мячу в воздух по направлению к противоположным воротам поверх ленты (игра выполняется между двумя командами, с подсчетом очков).</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • после удара по воротам необходимо бежать к противоположным воротам, затем выполнять поворот, прыжок, слалом и т.д. • выполняется удар или бросок мяча под лентой. 	<p>Посредством этого упражнения улучшается техническая способность направлять мяч ударом в боковые зоны.</p>  <p>Тренер бросает мяч вперед, вратарь должен направить мяч ударом кулака в маленькие ворота, расположенные по бокам от больших ворот.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • боковые мини-ворота защищаются третьим вратарем. • третий вратарь после перехвата мяча может нанести им удар по воротам, защищаемым нападающим. 	<p>Данное упражнение улучшает вбрасывание мяча ногами в воздух в тактическом ключе.</p>  <p>$\frac{3}{4}$ поля разграничены тремя разноцветными прямоугольниками. Вратарь должен направить мяч в не занятую противником зону, который перемещается из одного прямоугольника в другой (боковая зона имеет большее количество очков, по отношению к центральной). Каждый раз, когда выбрасывание перехватывается, нападающий может выполнить удар по воротам, с возможностью сократить количество очков вратаря.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • после перехвата удара тренера, вбрасывание. • вбрасывание в зону, называемую тренером. 	<p>Основная техническая цель: ВБРАСЫВАНИЕ НОГАМИ В ВОЗДУХ.</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол-теннис 5' • Упражнения на подвижность суставов с мячом 10' • Бросай, беги и бей по воротам 20' • Перехвати мяч, посланный «с лету» 15' • Бросок ногами 20' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 15'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (разных цветов и размеров) • Конусы • Маркеры • Матрасы • Куртки • Двусторонние ворота <p style="text-align: center;"><i>«Если ты видишь, что он идет с трудом, помоги ему: потом выигрешь в подвижности»</i> К. Жибран.</p>

УРОК №8

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 4
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Отбить мяч кулаком, пытаясь также направить отражение. Кулаком с противоположной стороны 10' Остановки при ударе против хода 10' Сложный маршрут 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Отбить мяч в зону, не опасную для команды. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Оцени угловой 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч с голом одним кулаком в прыжке 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Общая начальная акробатика <p>30'</p> <ul style="list-style-type: none"> Серия переворотов вперед и назад Моторный маршрут с мячом <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Кулаком с противоположной стороны 10' Моторный маршрут 30' Остановки при ударе против хода 10' Сложный маршрут 15' Оцени угловой 15' Матч с голом одним кулаком в прыжке 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (разных цветов и размеров) Конусы Маркеры Матрасы Куртки Двусторонние ворота Барьеры Цветная лента
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> прыжки на маты; оценка пространства и времени. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> периферическое зрение. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> физико-моторная реакция. 	



УРОК №8: ОТБИВАНИЕ МЯЧА.

Кулаком с противоположной стороны	Остановки при ударе против хода	Сложный маршрут	МОДУЛЬ 4
<p>Это упражнение стимулирует верную координацию отбивания кулаком, обязуя юного вратаря отбивать мяч кулаком вправо, или влево, если он этого хочет и наоборот.</p>  <p><i>Вратарь в прыжке на мат должен отразить ударом кулака мяч, который тренер ему бросает, пытаясь направить его как можно дальше от ворот, в противоположную сторону от тренера.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • перед матом установить барьер. • перед отражением удара выполнить упражнение на потерю равновесия (например, кувырок на земле). 	<p>Это упражнение стимулирует психофизическую реакцию юного вратаря при использовании также других частей тела, чтобы попытаться выполнить отвод мяча.</p>  <p><i>Вратарь делает переворот в направлении одной из стоек, и когда он встает, тренер выполняет удар в противоположную стойку. Исходя из отбитого мяча, другие вратари могут выполнить удар по воротам после выполнения переворотов. Кто меньше всех пропустит мячей, будет победителем.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • тренер может выполнить удар с отскоком, на средней высоте и т.д. • вратарь выполняет два переворота. • перевороты можно делать назад. • упражнение выполняется также с другой стороны. 	<p>Данное упражнение стимулирует различные особые составляющие роли вратаря, в первую очередь, отражение мяча двумя кулаками вперед в прыжке на маты.</p>  <p><i>Вратарь после выполнения серии прыжков делает переворот вперед, выходит и прыгает на маты, преодолевая низкий барьер. По завершении выполняет отражение двумя кулаками мяча, посланного из центрального положения, стараясь направить его в одни из двух ворот, расположенных сбоку, позади тренера. Победит тот, кто забьет больше мячей в эти ворота.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • ворота можно назвать по разному, вратарь называет ворота и посылает мяч в них (мяч отбивает в прыжке). В этом случае он получает два очка. • ворота располагаются на разном расстоянии. 	<p>Основная техническая цель: ОТБИВАНИЕ КУЛАКОМ, ПЫТАЯСЬ НАПРАВИТЬ ОТБИТЫЙ МЯЧ.</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Кулаком с противоположной стороны 10' • Моторный маршрут 30' • Остановки при ударе против хода 10' • Сложный маршрут 15' • Оцени угловой 15' • Матч с голом одним кулаком в прыжке 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (разных цветов и размеров) • Конусы • Маркеры • Матрасы • Куртки • Двусторонние ворота • Барьеры <p><i>«Чтобы понять ум и сердце человека, не обращай внимания на то, что им уже достигнуто, а на то, чего он стремится достичь»</i> К. Жибран.</p>

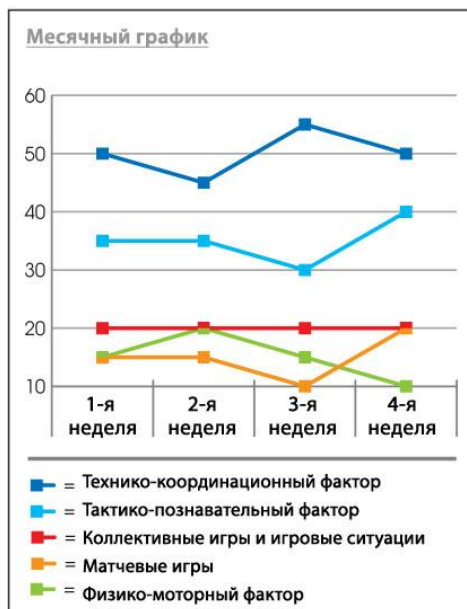
ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. МОДУЛЬ 5

КАТЕГОРИЯ «ДЕБЮТАНТЫ». ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Вратарь категории «дебютанты» умеет правильно направить мяч, отбитый кулаком.
- Тренер вратарей должен попытаться укрепить психологические мотивации, побуждающие учеников выбирать эту роль.
- Не забывай, что для игрока, и особенно маленького вратаря, способности прогнозирования и моторной реакции являются обязательными.



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- **ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Высокое взятие с этапом прыжка навстречу мячам, посылаемым из боковых зон;
Отбивать кулаком резаные удары, выполняемые с боковых линий;
Вбрасывание ногами остановленного мяча.
- **ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Располагаться для углового удара;
Организация обороны при штрафном (стенка)
- **ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
Быстрота;
Начальная акробатика.

№ УРОКА: _____

№ НЕДЕЛИ: _____

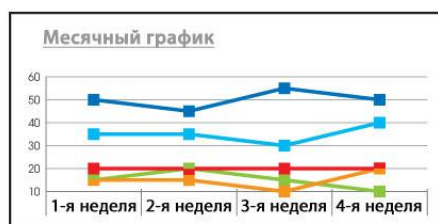
№

СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

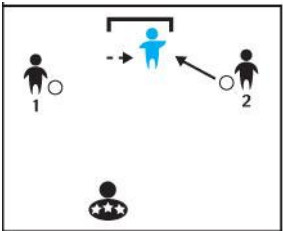
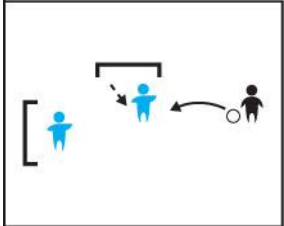
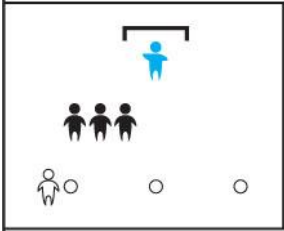
Примечание: _____

УРОК №9

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 5
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Перехватывать мячи, посланные с боковых линий. ● Футбол-теннис 15' ● Перехвати мяч, летящий с линии 15' ● Перехвати резаный удар по воротам 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Размещение стенки. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Сделай стенку 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободный матч 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Начальная акробатика ● Сделай переворот и останови после переворота (вперед, назад) 15' остановить удар тренера. <p>Варианты: вертикальный, крученый, и остановка</p> <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол-теннис 15' ● Перехвати мяч, посланный с линии 15' ● Перехвати резаный удар по воротам 20' ● Сделай переворот и останови 15' ● Сделай стенку 20' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 15'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Матрасы ● Куртки ● Двусторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● пространственно – временная координация. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● организаторские способности. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● сноровка. 	

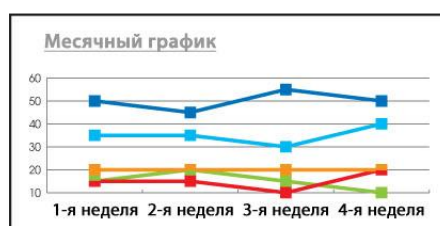
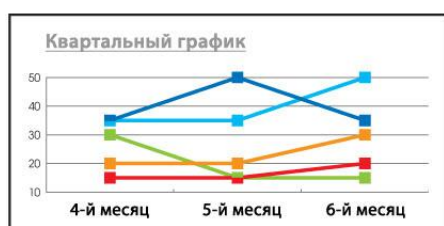


УРОК №9: ПЕРЕХВАТИ РЕЗАНЫЙ УДАР.

Перехвати мяч, летящий из-за линии	Перехвати резаный удар по воротам	Сделай стенку	<u>МОДУЛЬ 5</u>
<p>Это упражнение улучшает периферическое зрение. Кроме того, развивает способность прогнозировать, выбирая наиболее подходящий способ вмешательства.</p>  <p><i>Упражнение предусматривает наличие двух помощников, расположенных по сторонам ворот, которые должны быть пронумерованы. (1 и 2). Тренер называет номер, вратарь должен перехватить названный мяч.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • вратарь называет действия (сложение, умножение, различные цвета и т.д.). • мяч должен направляться также низким ударом или с отскоком и т.д. 	<p>Предложенное упражнение позволяет улучшить качество вмешательства и оценки траектории мячей, летящих из-за боковой линии.</p>  <p><i>Вратарь должен перехватить мячи, летящие из-за боковых линий, посылаемые одним из товарищей или тренером. Для большей стимуляции упражнения устанавливаются еще одни ворота в стороне, противоположной точке выполнения резаного удара, необходимо не допустить попадания в них мяча.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • в начале могут устанавливаться фиксированные препятствия (кольшки, конусы, мишени-силуэты и т.д.). • находятся товарищи, действующие сначала полу активно, затем активно. 	<p>Данный вид упражнения способствует улучшению организации команды в отношении особых игровых ситуаций.</p>  <p><i>Вратарь должен быстро выстроиться стенку (товарищи) по отношению к ряду мячей, расположенных на границе площадки, правильно стать для обороны ворот и остановить удар нападающего, бьющего прямо по воротам. Тренер тем временем отсчитывает время, оставшееся до удара (например, 10 секунд на организацию всего).</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • удары не прямые. • стенка должна строиться с большим спокойствием и вниманием, учитываются остановленные и забитые мячи. 	<p>Основная техническая цель: ПРЕХВАТ МЯЧЕЙ, ЛЕТЯЩИХ ИЗ-ЗА БОКОВЫХ ЛИНИЙ.</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол-теннис 15' • Перехвати мяч, посланный с линии 15' • Перехвати резаный удар по воротам 20' • Сделай переворот и останови 15' • Сделай стенку 20' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 15'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (разных цветов и размеров) • Конусы • Маркеры • Матрасы • Куртки • Двусторонние ворота <p style="text-align: center;"><i>«Тренер - это человек, способствующий обучению, он не обучает, а передает знания и способствует развитию спортивных качеств»</i></p>

УРОК №10

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 5
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Выход навстречу противнику с мячом. Низкий выход на опережение 15' Какой противник будет атаковать? 20' Трое против одного руками 15' <p>Примечание: _____ _____</p> <p>Варианты: _____ _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Предварительное толкование игровой ситуации. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Защити середину поля 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободный матч 15' <p>Примечание: _____ _____</p> <p>Варианты: _____ _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрота движения. Моторный маршрут с ударом по воротам 15' <p>Примечание: _____ _____</p> <p>Варианты: _____ _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Низкий выход на опережение 15' Моторный маршрут 15' Какой противник будет атаковать? 20' Трое против одного руками 15' Защити середину поля 20' Свободный матч 15' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (разных цветов и размеров) Конусы Маркеры Куртки Двухсторонние ворота Затемняющее полотнище
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> закрытие створок ворот; расчет пространства и времени. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> периферическое зрение. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> общая выносливость. 	



УРОК 10: ВЫХОД НА ПРОТИВНИКА.

Низкий выход на опережение	Какой противник будет атаковать?	Защити середину поля	<u>МОДУЛЬ 5</u>
<p>Стимулирует у вратаря пространственно – временную оценку и предугадывание действий противника. Развитие уверенности в физической встрече, требуемой упражнением.</p>  <p>Тренер с бокового положения по отношению к воротам выполняет резаный низкий удар. Вратарь пытается блокировать. Отклонить или отбить мяч, перед тем, как противник (возможно, его ровесник) его опередит. Нападающий стартует с заднего положения по отношению к вратарю, чтобы позволить ему выполнить вмешательство. Нападающий может забить гол, если захват мяча вратарем не был эффективным. В завершении, побеждает тот, кто пропустил меньше мячей. Смена по очереди вратарей, через определенное количество вмешательств.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра по командам. • резаный удар, выполняемый также с противоположной стороны. • подлет мяча к вратарю с отскоком, на средней высоте и т.д. 	<p>Это упражнение улучшает толкование игровой ситуации и стимулирует вратаря на как можно быстрый выход для закрытия створа ворот от противника.</p>  <p>Тренер <i>позади</i> устанавливает затемняющее полотно и мячи, по сигналу вратаря подает мяч одному из вратарей-нападающих, стоящих по сторонам. Нападающий получает мяч и бьет им по воротам.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • игра по командам. • полотно может устанавливаться ближе или дальше. 	<p>Данная игровая ситуация способствует оценке и закреплению вратарем технического движения выхода в ноги противнику с различного расстояния от ворот. Развитие уверенности и решительности.</p>  <p>В матче, на этапе не владения мячом, защищающаяся команда (вратари) может на своей половине поля отвоевать мяч, захватив его в прыжке у противника. После завоевания мяча, игра переходит защищавшимся, которые, в свою очередь, атакуют нападавших. Один только вратарь в воротах.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • назначение очков за каждое отвоевание мяча с прыжком в ноги противника. • можно применить численное превосходство. 	<p>Основная техническая цель: ВЫХОД НА ВСТРЕЧУ ПРОТИВНИКУ С МЯЧОМ</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Низкий выход на опережение 15' • Моторный маршрут 15' • Какой противник будет атаковать? 20' • Трое против одного руками 15' • Защити середину поля 20' • Свободный матч 15' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (разных цветов и размеров) • Конусы • Маркеры • Куртки • Двухсторонние ворота • Затемняющее полотнище <p>«Ребенок взрослому: не придавай слишком большого значения моим небольшим недомоганиям, я могу научиться пользоваться плохим здоровьем, если это притягивает твое внимание»</p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МОДУЛЬ 6

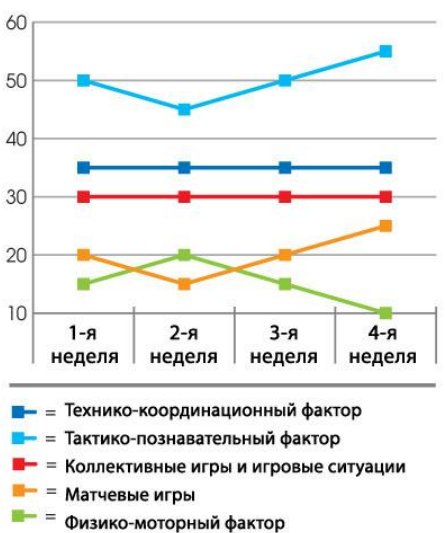
КАТЕГОРИЯ ДЕБЮТАНТЫ ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- Вратарь категории «дебютанты» очень хорошо ориентируется в воротах, даже если их размеры чрезмерны (если применяются обычные ворота, как для взрослых).
- Необходимо принять во внимание группу вратарей в качестве «открытой» группы. Это означает, что все ребята должны испытать различные психологические и технические ощущения, обнаруживаемые при игре в воротах.
- Ободрять вратаря, особенно, когда он «берет» гол.

Месячный график



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- **ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Перехватывать мячи, приподнятые над землей с действием прыжка и этапом полета;
Отбивать кулаком мячи, падающие из центральной зоны;
Вбрасывание ногами после обратного паса.
 - **ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Располагаться на штрафной удар;
 - **ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
Психо – моторный – смешанные маршруты.
- № УРОКА: _____
№ НЕДЕЛИ: _____
№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

Примечание: _____

УРОК 11

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 6
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Бросать, быть по мячу. <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол теннис 15' ● Бей по мячу и бросай его руками 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Размещение при стабильной (штрафной) и не стабильной (действие) ситуации. ● Быстро реагировать на зрительные сигналы. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Попади в цвет и останови 15' ● Соревнование по штрафным ударам 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Свободный матч 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Начальная акробатика . <ul style="list-style-type: none"> ● Упражнения с мячом на координацию 15' ● Упражнения на зрительную/ручную координацию, предложенные тренером. <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол теннис 15' ● Упражнения с мячом на координацию 15' ● Бей по мячу и бросай его руками 20' ● Попади в цвет и останови 15' ● Соревнование по штрафным ударам 15' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 20'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Маты ● Куртки ● Двухсторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● перехватывать 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● реагировать на зрительный сигнал. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность ритма. 	



УРОК 11: УДАРЬ НАПРАВЛЕННО И ОСТАНОВИ ШТРАФНОЙ УДАР.

Бей по мячу и бросай его руками	Попади в цвет и останови	Соревнование по штрафным ударам	<u>МОДУЛЬ 6</u>
<p>Это упражнение стимулирует пространственную организацию игрока, улучшает в последствии качество принимаемых решений.</p>  <p>Каждый игрок имеет мяч и выполняет свободно технические движения. Тренер зовет определенного ученика, который с места, где он находится, должен ударить или бросить мяч направленно тренеру, который, в свою очередь, бросит мяч (другой, низкий, с отскоком), позволяя, таким образом, вмешаться ученику.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • ученики начинают упражнения с положения сидя. 	<p>Стимулируется периферическое зрение, улучшается умственное выделение мало определенных аспектов, улучшается быстрота в занятии правильного положения для защиты ворот по отношению к месту, откуда наносится удар мячом.</p>  <p>Цветные конусы устанавливаются точно на верхней точке ширины площадки ворот. Вратарь должен попасть в определенный конус, бросая мяч руками или ударяя по нему ногами. Ученики, которые в этот момент, выполняют роль нападающих, разбиваются по парам, в зависимости от цвета. По воротам наносит удар ученик, соответствующего сбитого конуса.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • играют тремя или более цветами. • тот, кто не будет бить по воротам, выполняет обманное движение для удара. 	<p>Этим упражнением обращается внимание и вмешательство в игровую ситуацию штрафного удара.</p>  <p>Игра соревнование двух команд по штрафным ударам. Наносятся серии из 5 ударов за один раз каждой командой.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • старт, повернувшись спиной к нападающему, старт выполняется последовательно, сначала сигнал для вратаря, потом для нападающего. 	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕХВАТЫВАТЬ ШТРАФНЫЕ УДАРЫ (ПОЛОЖЕНИЕ)</p> <p>Последовательность тренировок:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол теннис 15' • Упражнения с мячом на координацию 15' • Бей по мячу и бросай его руками 20' • Попади в цвет и останови 15' • Соревнование по штрафным ударам 15' СВОБОДНЫЙ МАТЧ 20' <p>Количество ребяг: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (разных цветов и размеров) • Конусы • Маркеры • Маты • Куртки • Двухсторонние ворота <p style="text-align: center;"><i>«Ребенок взрослому: не исправляй мои ошибки перед другими, я намного больше обращу внимание, если ты будешь говорить со мной спокойно» Л Эрбавольо</i></p>

УРОК 12

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 6
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Остановка мяча в прыжке с потерей и без потери контакта с землей. <ul style="list-style-type: none"> Атакуй пирамиду 15' Защищай замок 10' Делай прыжок назад 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Предвидеть точку остановки . <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч с голом в акробатике 15' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободный матч 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Бег и падение при вращении назад . <ul style="list-style-type: none"> Бег и падение на маты при вращении назад 30' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Атакуй пирамиду 15' Бег и падение на маты при вращении назад 30' Защищай замок 10' Делай прыжок назад 10' Матч с голом в акробатике 15' Свободный матч 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (разных цветов и размеров) Конусы Маркеры Маты Куртки Двухсторонние ворота Барьеры
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> пространственно – временные расчеты. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> поиск биссектрисы; поиск точки равновесия. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> общая выносливость; реакция. 	



УРОК 12: ОСТАНОВКА МЯЧА В ПРЫЖКЕ.

Атакуй пирамиду	Защищай замок	Делай прыжок назад	МОДУЛЬ 6
<p>Обусловленность выполнения остановки мяча в выдвинутом вперед положении.</p>  <p>Создаются два косых ряда мячей разного количества с одним определенным мячом, завершающим пирамиду. Двое вратарей (по возможности, имеющие одинаковые физические характеристики) стартуют по сигналу тренера от одного и того же барьера, выполняя прыжок, один по направлению к правому ряду мячей, второй – к левому. После блокировки каждого мяча (который быстро бросают) вратари возвращаются, чтобы коснуться барьера и так далее: естественно, победит тот, кто достигнет последнего мяча.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● менять количество мячей. ● менять положение старта. ● можно мячи отклонять. 	<p>Поиск биссектрисы по отношению к мячу и новым защищаемым воротам.</p>  <p>Четырмя двухсторонними воротами без сетей строится подобие замка, вокруг которого разграничивается квадратная площадка, за которой располагаются другие наступающие вратари. Они должны передавать друг другу мяч, и пытаться забить как можно голов по очереди вратарю, защищаемому ворота, который. Чтобы остановить мяч, должен попытаться каждый раз найти новую биссектрису, проходя через замок. Игра на время. Побеждает тот, кто пропустит меньше мячей.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● игра командами. ● увеличить или уменьшить время. ● можно считать общее количество мячей. ● внешние игроки могут передавать мяч руками и наносить удары с лету или при отбивании мяча. 	<p>Обучение бегу назад с помощью мяча, летящего по траектории во избежание, чтобы он обогнал вратаря и вращательному движению по отклонению мяча в прыжке.</p>  <p>Игра заключается в касании мяча, находящегося в центре небольшой площадки, и попытке быстрого возвращения назад, чтобы отклонить через верхнюю перекладину мяч, брошенный тренером по траектории. Падение в полу вращении смягчается высоким матом, установленным внутри ворот. Можно установить внутри основных ворот, маленькие, одни справа, а вторые слева для того, чтобы вратарь мог направлять в них отклоняющие мячи.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● прыжок выполняется также с другой стороны. ● отклонения мячей внутри маленьких ворот. ● игра командами. ● тренер наносит удар с диагонального положения. 	<p>Основная техническая цель: ОСТАНОВКА МЯЧА В ПРЫЖКЕ НА ЗЕМЛЕ ИЛИ В ВОЗДУХЕ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Атакуй пирамиду 15' ● Бег и падение на маты при вращении назад 30' ● Защищай замок 10' ● Делай прыжок назад 10' ● Матч с голом в акробатике 15' ● Свободный матч 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Маты ● Куртки ● Двухсторонние ворота ● Барьеры <p><i>«Ребенок взрослому: не утверждай, что ты непогрешимый, это мне дает предлог не следовать тебе» Л Эрбавольо</i></p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МОДУЛЬ 7

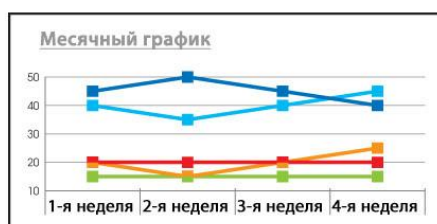
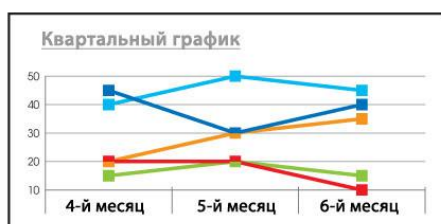
КАТЕГОРИЯ ДЕБЮТАНТЫ ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

<p>ПОМНИ, ЧТО</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Вратарь категории «дебютанты» не остается долго на линии ворот, он следит за действием с близи (когда мяч находится далеко). ● Тренером вратарей должен по возможности быть бывший вратарь. ● Вратарь является своего рода последним защитником, и часто он призван «согласовывать» передвижения игроков отделения защитников. 	<p>Месячный график</p> <table border="1"> <caption>Данные для месячного графика</caption> <thead> <tr> <th>Фактор</th> <th>1-я неделя</th> <th>2-я неделя</th> <th>3-я неделя</th> <th>4-я неделя</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Техничко-координационный фактор</td> <td>45</td> <td>50</td> <td>45</td> <td>40</td> </tr> <tr> <td>Тактико-познавательный фактор</td> <td>40</td> <td>35</td> <td>40</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>Коллективные игры и игровые ситуации</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>Матчевые игры</td> <td>20</td> <td>15</td> <td>20</td> <td>25</td> </tr> <tr> <td>Физико-моторный фактор</td> <td>15</td> <td>15</td> <td>15</td> <td>15</td> </tr> </tbody> </table> <p> ■ = Техничко-координационный фактор ■ = Тактико-познавательный фактор ■ = Коллективные игры и игровые ситуации ■ = Матчевые игры ■ = Физико-моторный фактор </p>	Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	Техничко-координационный фактор	45	50	45	40	Тактико-познавательный фактор	40	35	40	45	Коллективные игры и игровые ситуации	20	20	20	20	Матчевые игры	20	15	20	25	Физико-моторный фактор	15	15	15	15	<p>МЕСЯЦ _____</p> <p>ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР: Перехватывать: С боковым действием прыжка с отрывом от земли; Отбивать: кулаком мячи, падающие из центральной зоны; Бросать: вбрасывания ногами после обратного паса при временном прессинге. ● ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР: Располагаться: _____ после акробатического движения. ● ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР: Смешанные технико-координационные маршруты. <p>№ УРОКА: _____</p> <p>№ НЕДЕЛИ: _____</p> <p>№ СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____</p>
Фактор	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя																												
Техничко-координационный фактор	45	50	45	40																												
Тактико-познавательный фактор	40	35	40	45																												
Коллективные игры и игровые ситуации	20	20	20	20																												
Матчевые игры	20	15	20	25																												
Физико-моторный фактор	15	15	15	15																												
<p>Примечание: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>																																

УРОК 13

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	<u>МОДУЛЬ 7</u>
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Отражение кулаком. 15' ● Футбол теннис 10' ● Деятельность по очувствлению с мячом (по парам, с высоким мячом) 10' ● Бросок мяча самому себе 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Положение при угловых ударах. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Выход между препятствиями 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Направь кулаком и забей гол (смотри урок 3) 10' ● Свободный матч 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Быстрота; ● Подвижность суставов. <ul style="list-style-type: none"> ● Упражнения с мячом на подвижность суставов 5' ● Перехвати с захватом после змейки 10' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол теннис 15' ● Упражнения с мячом на подвижность суставов 5' ● Деятельность по очувствлению с мячом (по парам, с высоким мячом) 10' ● Выход между препятствиями 20' ● Перехвати с захватом после змейки 10' ● Бросок мяча самому себе 20' ● Направь кулаком и забей гол 10' СВОБОДНЫЙ МАТЧ 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Маты ● Куртки ● Двухсторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● перехватить мяч. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● реагировать на определенный зрительный сигнал. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность моторной комбинации. 	<p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Маты ● Куртки ● Двухсторонние ворота

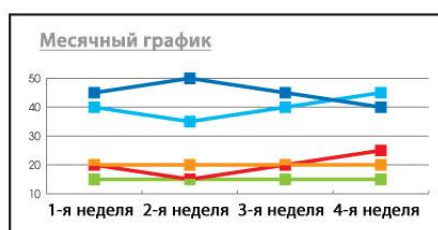
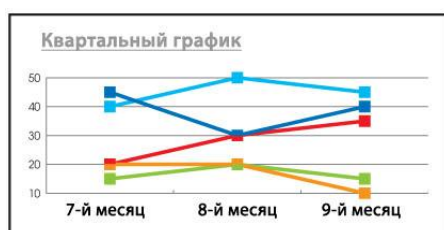


УРОК 13: ЛЕТИ И НАПРАВЬ КУЛАКОМ.

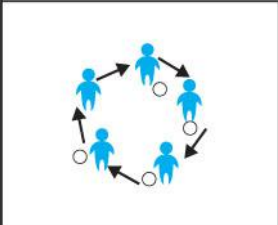
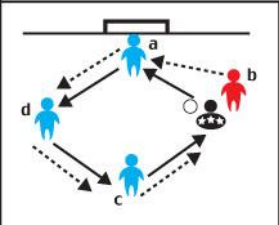
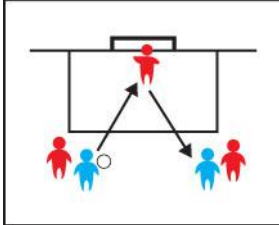
Выход между препятствиями	Перехватывать с захватом после змейки	Броски мячами самому себе	<u>МОДУЛЬ 7</u>
<p>Этот вид деятельности способствует пространственно – временной координации при ситуациях с частичными трудностями, побуждая вратаря производить выбор способов и времени перехвата мяча.</p>  <p>На середине площадки устанавливаются препятствия (колышки, конусы, мишени – силуэты). Тренер наносит удар с угла, а вратарь должен вмешаться, не попав в препятствия.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • товарищи могут усложнять ситуацию. Сначала полу активно, затем активно. • тренер бросает мячи руками. 	<p>Это упражнение способствует улучшению захвата после выполнения прыжка, стимулируя юного вратаря быстро отвечать на моторные требования упражнения.</p>  <p>На земле устанавливаются конусы или палки, вратарь после быстрого выполнения змейки должен перехватить с захватом мячи, бросаемые тренером.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • выполняется боковая змейка или бег назад. 	<p>С помощью этого вида упражнений улучшается отражение кулаком в облегченной ситуации, и вратарь стимулируется сохранять внимание на продолжении действия.</p>  <p>Вратарь выполняет бросок вверх мяча, отражает его кулаком по направлению к границе площадки, где находятся другие игроки, которые по очереди выполняют удары по воротам.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> • броски выполняются тренером. • отражение выполняется с прыжком и без него. 	<p>Основная техническая цель: НАПРАВЬ КУЛАКОМ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Футбол теннис 15' • Упражнения с мячом на подвижность суставов 5' • Деятельность по очувствлению с мячом 10' (по парам, с высоким мячом) • Выход между препятствиями 20' • Перехвати с захватом после змейки 10' • Бросок мяча самому себе 20' • Направь кулаком и забей гол 10' СВОБОДНЫЙ МАТЧ 10' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мячи (разных цветов и размеров) • Конусы • Маркеры • Маты • Куртки • Двухсторонние ворота <p><i>«Чтобы стать значимым, часто улыбка имеет большее значение, чем сила выговора» Л Эрбавольо</i></p>

УРОК 14

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 7
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Улучшение базовой техники. Одним мячом меньше 15' Круг штрафной площадки 15' Внимание на обратную передачу 15' <p>Примечание: _____ _____</p> <p>Варианты: _____ _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Быстрое толкование игровой ситуации. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Большой футбол теннис 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Свободный матч без вратарей 20' (очень маленькие ворота) <p>Примечание: _____ _____</p> <p>Варианты: _____ _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Подвижность суставов и чувствительность нижних конечностей. <ul style="list-style-type: none"> Перебрасывание различных мячей 15' <p>Примечание: _____ _____</p> <p>Варианты: _____ _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Одним мячом меньше 15' Перебрасывание различных мячей 15' Круг штрафной площадки 15' Внимание на обратную передачу 15' Большой футбол теннис 20' Свободный матч без вратарей 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (разных цветов и размеров) Конусы Маркеры Куртки Двухсторонние ворота Цветная лента
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> дриблинг и обманное движение; остановка, контроль и передача мяча ногами. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> развитие периферического зрения. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> общая выносливость. 	



УРОК 14: КОНТРОЛЬ МЯЧА.

Одним мячом меньше	Круг штрафной площадки	Внимание на обратную передачу	МОДУЛЬ 7
<p>Это упражнение тренирует одновременно умение перебрасывать мяч, периферическое зрение и чувство ритма.</p>  <p>Используется на один мяч меньше по отношению к количеству тренируемых вратарей, которые, становясь в круг, передают мячи в одном из двух направлений вращения; тот, кто имеет мяч, должен послать его товарищу, стоящему рядом, только тогда, когда он свободен от своего. Если сосед еще не свободен от мяча, необходимо выждать время, контролируя мяч. Тот, кто совершит ошибку, будет наказан одним очком. Победит тот, кто наберет меньше штрафных очков.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● изменить направление вращения. ● контроль может выполняться, перебрасывая мяч и пассом в воздух. ● можно перебрасывать мячи руками вверх, а также выполнить передачу руками или головой и т.д. 	<p>Упражнение улучшает базовую технику и понимание времени контакта мяча для обратной передачи.</p>  <p>Вратарь А перед воротами получает мяч назад от тренера, находящегося с боку и почти одновременно атакует вратарем В, который пытается помешать ему в его вмешательстве. Защищающийся вратарь А должен обязательно контролировать мяч полученный от тренера и передать его вратарю Д, находящемуся у противоположных ворот, вратарь Д передает мяч вратарю С, который снова направляет его тренеру и так далее. Если вратарь, мешающий находящемуся впереди, сможет коснуться мяча, защищающийся вратарь получает штрафные очки. Побеждает тот, кто получит меньше штрафных очков в определенный период времени.</p>	<p>Улучшение базовой техники и толкования игровой ситуации.</p>  <p>На границе площадки два защищающихся вратаря под прессингом двух нападающих вратарей выполняют обратную передачу вратарю, находящемуся между стойками, который должен быстро принять решение на дальнейшее вбрасывание или сделать передачу одному из двух освободившихся товарищей. Если мяч перехватят, нападающие могут выполнять удары по воротам.</p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● защищающиеся вратари могут играть при численном превосходстве или меньшинстве. ● премировать команду, которая совершит больше передач свободному товарищу по отношению к дальнему вбрасыванию 	<p>Основная техническая цель: УЛУЧШАТЬ БАЗОВУЮ ТЕХНИКУ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Одним мячом меньше 15' ● Перебрасывание различных мячей 15' ● Круг штрафной площадки 15' ● Внимание на обратную передачу 15' ● Большой футбол теннис 20' ● Свободный матч без вратарей 20' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Куртки ● Двухсторонние ворота ● Цветная лента <p><i>«Мой враг сказал «люби своего врага» я послушался и полюбил меня самого» К. Жибран.</i></p>

ДИДАКТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МОДУЛЬ 8

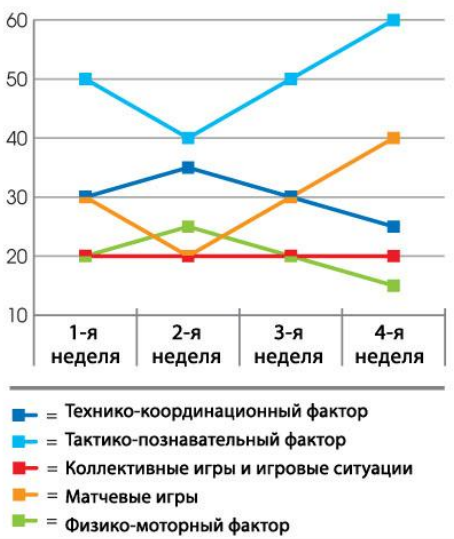
КАТЕГОРИЯ ДЕБЮТАНТЫ ВРАТАРИ

ОБЩЕСТВО: _____ ТРЕНЕР: _____ СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН: _____

ПОМНИ, ЧТО

- основным субъектом тренировки является ребенок...
- Группа «вратарей» это открытая группа...
- Большая часть уроков должна предусматривать упражнения на координацию...
- Основным элементом тренировки является игра.
- Соревнование с другими командами является основополагающим. Матч то наиболее важный тест для оценки вратаря.

Месячный график



МЕСЯЦ _____

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ МЕСЯЦА:

- **ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР:**
Перехватывать: С действием прыжка с отрывом от земли после определенного движения начальной акробатики;
Направить ударом: за верхнюю перекладину, после Дега назад;
Бросать: вбрасывания ногами после обратного паса при временном прессинге.
- **ТАКТИКО – ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР:**
Располагаться при игровой ситуации.
- **ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР:**
Моторные маршруты для развития способностей координации.

№ УРОКА: _____

№ НЕДЕЛИ: _____

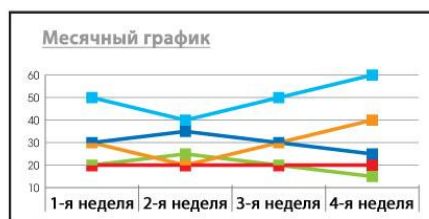
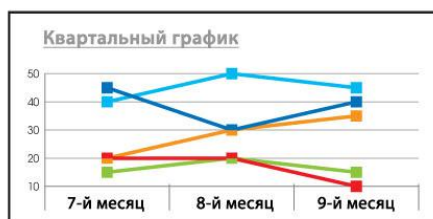
№

СОСТЯЗАНИЯ/МЕРОПРИЯТИЯ: _____

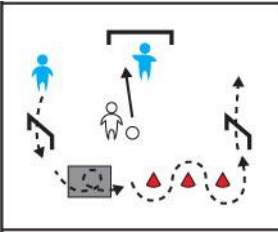
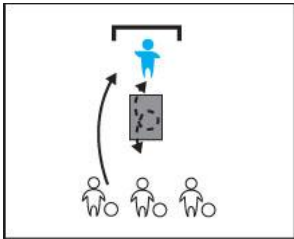
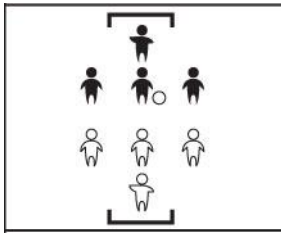
Примечание: _____

УРОК 15

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 8
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Перехватывать в прыжке после действия начальной акробатики. <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол теннис 10' ● Останови мяч поле переворота 20' <p>Примечание: _____ _____</p> <p>Варианты: _____ _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Правильно располагаться в воротах в игровых ситуациях ограниченного поля. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Моделирование тактических действий игры 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Игра по теме 10' ● Свободный матч 20' <p>Примечание: _____ _____</p> <p>Варианты: _____ _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Развитие технико-координационных способностей. ● Подвижность суставов <ul style="list-style-type: none"> ● Упражнения с мячом на подвижность суставов 5' ● Технический и координационный маршрут 15' <p>Примечание: _____ _____</p> <p>Варианты: _____ _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол теннис 10' ● Упражнения с мячом на подвижность суставов 5' ● Технический и координационный маршрут 15' ● Останови мяч поле переворота 20' ● Моделирование тактических действий игры 20' ● Игра по теме 10' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 20'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Маты ● Куртки ● Двухсторонние ворота
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● быть в воздухе. 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность прогнозирования. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> ● способность реакции. 	

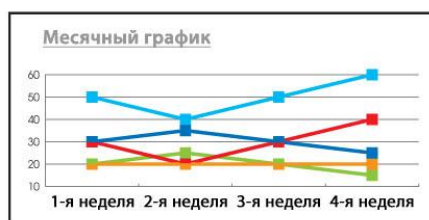
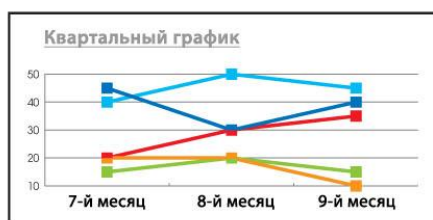


УРОК 15: ОСТАНОВИ ИНСТИНКТИВНО....

Технический и координационный маршрут	Останови мяч поле переворота	Моделирование тактических действий игры	<u>МОДУЛЬ 8</u>
<p>Стимулирует улучшение технико-координационных аспектов и начальной акробатики.</p>  <p><i>Вратари, один за другим, выполняют технические движения в воротах и определенный маршрут с различными координационным элементами (прыжки, перевороты, режимы движения), по периметру площадки ворот.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● различные виды режима движения. ● изменять технические движения в зависимости от пробега и способности выполнять движения начальной акробатики с мячом (например, переворот и захват, отражение мяча и переворот и т.д.). 	<p>Этот вид деятельности позволяют ученику улучшить технический аспект остановки мяча, после потери равновесия (или нормального положения).</p>  <p><i>Вратарь после выполнения переворота вперед и назад останавливает удар, наносимый тренером или его товарищами.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> ● вратарь выполняет удар вверх. ● вратарь выполняет колесо. ● вратарь выполняет опрокидывание (с помощью). 	<p>С помощью этого матча игры улучшается тактический аспект посредством соревнования между двумя командами.</p>  <p><i>Две команды имитируют тактические движения игры и относительное положение вратарей по отношению к мячу и обороняющиеся движения.</i></p>	<p>Основная техническая цель: ПЕРЕХВАТИТЬ ПОСЛЕ ДЕЙСТВИЯ НАЧАЛЬНОЙ АКРОБАТИКИ ИЛИ ПОТЕРИ РАВНОВЕСИЯ.</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Футбол теннис 10' ● Упражнения с мячом на подвижность суставов 5' ● Технический и координационный маршрут 15' ● Останови мяч поле переворота 20' ● Моделирование тактических действий игры 20' ● Игра по теме 10' <p>СВОБОДНЫЙ МАТЧ 20'</p> <p>Количество ребят: Продолжительность: 100'</p> <p>Методы: Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Мячи (разных цветов и размеров) ● Конусы ● Маркеры ● Маты ● Куртки ● Двухсторонние ворота <p><i>«Ребята учатся тому, что переживают: ели над ребенком насмехались, он учится робости, но если он живет в одобрении, он учится оценки »</i></p>

УРОК 16

ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР	ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР	ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР	МОДУЛЬ 8
<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Улучшать точку равновесия. Отчаянная остановка 15' Сознательный штрафной удар 15' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Улучшать связь с товарищами. Заранее оценивать возможности противника. <p>ИГРОВЫЕ СИТУАЦИИ</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол теннис с обязательным вызовом 20' <p>Матчевые игры</p> <ul style="list-style-type: none"> Матч с тремя различными воротами 30' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> Сочетание атлетических движений. Очень сложный маршрут по пунктам 20' <p>Примечание: _____</p> <p>Варианты: _____</p>	<p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол теннис с обязательным вызовом 20' Очень сложный маршрут по пунктам 20' Отчаянная остановка 15' Сознательный штрафной удар 15' Матч с тремя различными воротами 30' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (разных цветов и размеров) Конусы Маркеры Куртки Двухсторонние ворота Цветная лента
ДРУГИЕ ЦЕЛИ ТРЕНИРОВКИ:			
<p>ТЕХНИКО-КООРДИНАЦИОННЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> контроль движения мяча (периферическое зрение). 	<p>ТАКТИКО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> выбор способа для остановки штрафного удара. 	<p>ФИЗИКО-МОТОРНЫЙ ФАКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> общая выносливость. 	



УРОК 16: ТРЕНИРУЕМ КОНЦЕНТРАЦИЮ

Подготовь стенку	Отчаянная остановка	Сознательный штрафной удар	<u>МОДУЛЬ 8</u>
<p>Особая тренировка для подготовки стенки на штрафные удары. Поиск быстроты принятия решения и положения в воротах.</p>  <p><i>Упражнение предусматривает серию штрафных ударов между вратарями, чередующимися по очереди. Вратарь, находящийся в воротах имеет 20 секунд, чтобы назвать номер товарища, которого он определяет и чтобы правильно поставить его в стенке, после чего, нападающий может нанести удар по воротам. Он может выбрать, откуда нанесет удар, однако, оставаясь в границах штрафной площадки.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> определение вратарям наиболее быстрых точек для организации стенки. если вратарь отразит мяч на небольшое расстояние, товарищи из стенки могут вмешаться, нанеся удар по воротам. 	<p>Этой игровой ситуацией стимулируется прикрытие первой стойки, поиск биссектрисы, точки равновесия и срочной остановки.</p>  <p><i>Упражнение состоит в ситуации с двумя вратарями (нападающими), расположенными параллельно на расстоянии 15 метров против одного вратаря. Один из двоих нападающих ведет мяч к воротам по диагонали и, достигнув расстояния шесть/семь метров от ворот, решает или ударить или передать мяч товарищу, находящемуся около другой стойки. Вратарь, став напротив игрока с мячом, пытается прикрыть вторую половину ворот, предвосхищая в прыжке возможный удар по воротам. По завершению все игры по очереди, побеждает тот, кто пропустит меньше мячей.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> перебрасывая мяч руками о землю (нападающий), передача мяча по траектории и завершающий удар головой. 	<p>Упражнение, стимулирующее оценку технического движения удара по мячу и анализ движения мяча при штрафном ударе. Поиск концентрации.</p>  <p><i>Игра предусматривает классическое соревнование по штрафным ударам, основанное на следующих правилах: завоевываются три очка при отражении мяча остановкой, одно очко при касании мяча, даже если он вошел в ворота, и одно очко за отражение мяча в сторону. Теряют два очка, если вратарь потеряет равновесие, одно очко за каждый гол. Обычно побеждает тот, кто забьет больше мячей.</i></p> <p>Варианты</p> <ul style="list-style-type: none"> соревнование командами. 	<p>Основная техническая цель: УЛУЧШИТЬ ТОЧКУ РАВНОВЕСИЯ</p> <p>Последовательность тренировки:</p> <ul style="list-style-type: none"> Футбол теннис с обязательным вызовом 20' Очень сложный маршрут по пунктам 20' Отчаянная остановка 15' Сознательный штрафной удар 15' Матч с тремя различными воротами 30' <p>Количество ребят: Продолжительность: 100' Методы:</p> <p>Материалы:</p> <ul style="list-style-type: none"> Мячи (разных цветов и размеров) Конусы Маркеры Куртки Двухсторонние ворота Цветная лента <p style="text-align: center;"><i>«Не довольствуйся малым, кто идет к роднику жизни, неся пустой сосуд, возвращается с двумя полными» К. Жибран</i></p>

Библиография.

На внутренней стороне обложки:

Печать завершена в августе 2004 г.

Юношеский учебный сектор

Запрещено даже частичное воспроизводство текстов и изображений

Исключительно для пользования Обществ, входящих в состав ИФФ, и работников Юношеского и учебного сектора