**Тема № 4 «Футбол у програмі фізичного виховання ЗОШ. Методика проведення уроків з футболу. Організація і проведення секційної роботи в школі».**

**Питання:**

1. Організація уроків з футболу в ЗОШ.

2. Планування навчальної і секційної роботи з футболу.

3. Методика проведення уроків з футболу:

- в початкових класах;

- в середніх класах;

- в старших класах.

4. Організація і проведення секційної роботи в школі.

**Питання для самостійного опрацювання:**

1. Відбір дітей для заняття футболом.

2. Методико-біологічний контроль учнів, що займаються в секції з футболу.

3. Контроль за фізичною і техніко-тактичною підготовкою учнів, що займаються в секціях з футболу (законспектувати нормативи).

**Контроль за рівнем засвоєння знань:**

1. Усне експрес-опитування.

2. Комп’ютерне тестування.

3. Перевірка конспектів.

4. Експертна оцінка.

**Студентам необхідно знати:**

1. Організацію уроків з футболу в ЗОШ.

2. Планування навчальної і секційної роботи з футболу в ЗОШ.

3. Методику проведення уроків з футболу в початкових класах.

4. Методику проведення уроків з футболу в середніх класах.

5. Методику проведення уроків з футболу в старших класах.

6. Організацію і проведення секційної роботи з футболу в ЗОШ.

7. Відбір дітей для занять футболом.

8. Методико-біологічний контроль учнів, що займаються в секції з футболу.

9. Контроль фізичної і техніко-тактичної підготовленості учнів, що займаються в секціях з футболу.

**Футбол у школі**

Програмою з фізичної культури для учнів 1-12 класів загальноосвітніх шкіл передбачено проведення уроків вивчення, удосконалення і складання контрольних нормативів з елементів спортивних ігор: футболу, баскетболу, гандболу та волейболу.

Програмний матеріал розподіляється:

а) на пріоритетний матеріал для навчання і розвинення фізичних якостей;

б) на матеріал для обов'язкового повторення у домашніх завданнях.

**Програмний матеріал для практичних і самостійних занять з футболу**

**Навчальні нормативи з техніки футболу згідно з шкільною програмою**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тестові вправи | Клас | Критерій (оцінка) |
| Зупинка м’яча підошвою чи внутрішнім боком стопи. | 4-й | Експертна оцінка |
| Зупинка м’яча внутрішнім боком стопи. Участь у навчальній грі. | 6-й | Експертна оцінка |
| Зупинка м’яча, що летить назустріч чи опускається. | 7-й | Експертна оцінка |
| Удари по м’ячу на дальність: хлопці. | 10-й | 56м. – оцінка «5»  52м. – оцінка «4»  48м. – оцінка «3» |
| Дівчата. |  | 40м. – оцінка «5»  35м. – оцінка «4»  30м. – оцінка «3» |
| Жонглювання м’ячем (кількість ударів правою і лівою ногами):  Хлопці  Дівчата |  | 20 – 16 -12  12 – 8 - 4 |
| Удари на точність, кількість попадань з 10 ударів у задану половину воріт з 11м:  Хлопці  Дівчата |  | 7 – 6 – 5  6 – 5 - 4 |

**Структура і методика проведення заняття**

Окреме заняття є основною організаційною структурою всього навчального процесу. Залежно від того, яке навчально-виховне завдання знаходить найбільше відображення на занятті, розрізнюють вступні, базові, контрольні та комплексні заняття.

Вступні заняття проводяться перед початком нового самостійного розділу програми. В них передбачають вирішення загальних завдань навчальновиховного процесу.

Базові заняття залежно від переважної спрямованості у них однієї з сторін процесу фізичного виховання можуть акцентуватися на навчанні рухових дій чи вихованні рухових здібностей, тобто, це можуть бути заняття вивчення, повторення чи закріплення навчального матеріалу або розвинення рухових якостей.

Контрольні заняття спрямовані на визначення рівня успішності чи підготовленості учнів, перевірку засвоєних ними знань, умінь, навичок тощо.

Комплексні заняття поєднують в собі вирішення декількох навчальновиховних завдань: навчання окремих технічних прийомів; розвинення спортивних здібностей, контроль за рівнем фізичної підготовленості.

Для занять спортивними іграми в школі і зокрема футболом найбільш сприятливими є комплексні заняття. Структура і зміст окремого заняття визначає фізіологічна, психологічна і виховна спрямованість навчального процесу.

*Орієнтовний план-конспект і методика проведення комплексного заняття з футболу:*

Клас \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Тема \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Завдання: 1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Матеріально-технічне забезпечення:

Структура: I. Вступна частина (1-2 хв.).

Прийняття рапорту, перевірка присутніх, ознайомлення із завданнями, які будуть вирішуватися на занятті.

II. Підготовча частина (10-12 хв.).

У підготовчий частині проводиться розминка, яка складається із загальної та спеціальної частин. В загальній частині використовується аеробний біг (не менше 4 хв.) і загально-розвиваючих вправи в русі, на місці. У спеціальній частині розминки виконуються спеціальні вправи з м'ячем (передачі та ловля, удари і зупинки у поєднанні з різними руховими вправами в русі і на місці). Закінчується розминка вправами на гнучкість і на розслаблення.

III. Основна частина (25-30 хв.).

В основній частині вирішуються завдання повторення і вдосконалення пройденого матеріалу, вивчення нового матеріалу і його закріплення в технікотактичних вправах і двосторонній грі.

1. Повторення і удосконалення пройденого матеріалу (7-10 хв.).

Клас поділяється на 2-4 підгрупи; в кожній підгрупі окремий учень розказує і показує техніку виконання ігрового прийому, а також практично удосконалюється з методики навчання тому чи іншому технічному елементу. Викладач аналізує дії учнів і оцінює їх.

2. Вивчення нового матеріалу (18-20 хв.).

Цю частину уроку проводить вчитель. Методика навчання тому чи іншому технічному прийому відбувається за визначеною схемою (табл. 5).

I етап. Ознайомити учнів із значенням ігрового прийому для гри, розповісти про переваги і недоліки даного технічного прийому, показати ігрові взаємодії гравців у процесі гри, в яких найбільш часто виконується даний технічний прийом.

II етап. Розповісти (і показати) біомеханічну структуру виконання технічного прийому: попередня фаза – підготовча фаза – робоча (виконавська) фаза – завершальна фаза; простежити за правильним виконанням імітаційних рухів; звернути увагу на помилки, які допускають учні під час виконання технічного прийому; вимагати узгоджених дій від учнів під час виконання технічного прийому; добрати підготовчі вправи і вправи, які сприяють раціональному формуванню вмінь і навичок при виконанні певного технічного прийому. Протягом усього етапу треба дотримуватися дидактичних принципів навчання: активності та свідомості, послідовності, наочності, поступовості, індивідуального підходу.

III етап. Підібрати вправи для варіативного виконання технічного прийому і визначити просторово-часові параметри їх виконання; визначити потрібний обсяг (кількість повторень) і темп (інтенсивність) виконання вправ за умови додержання послідовності і поступовості; визначити інтервали відпочинку між вправами. Вимагати, щоб при різних варіантах виконання ігрового прийому не змінювались засади техніки.

Таблиця 5

**Навчаюча програма технічним прийомам**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Етапи навчання | Алгоритм навчання, крок | Організаційно-методичні дії вчителя | Зміст дій учнів під час виконання вправ | Рівень виконання вправ |
| І. | 1-й | Розповісти про значення технічного прийому в процесі гри тощо | Сприйняття матеріалу | Переконання щодо сприйняття викладеного матеріалу |
| ІІ. | 2-й | Показати біомеханічну структуру виконання технічного прийому | Імітація виконання технічного прийому без м’яча | Узгодженні дії рук, ніг і тулуба |
| 3-й, п-й | Навчання виконання технічного прийому в простих (полегшених) умовах, засвоєння техніки ігрового прийому | | |
| ІІІ. | п-й тощо | Навчання виконанню технічного прийому в умовах, наближених до гри. Варіативне виконання технічного прийому | | |
| ІV. | п-й тощо | Закріплення виконання технічного прийому в процесі самої гри | | |

*Примітка.* Завдання, які вирішує вчитель на кожному етапі навчання;

IV етап. Підібрати ігрові вправи для удосконалення технічного прийому (квадрати, естафети, двобічні ігри тощо) і визначити їх тривалість та інтенсивність; визначити рівень засвоєння технічного прийому, ефективність його виконання у процесі ігрової вправи; зробити коректуючи загальні та індивідуальні вказівки щодо більш чіткого виконання технічного прийому в ігрових умовах.

Закінчується основна частина заняття двобічною грою. Залежно від завдань, які вирішуються на занятті, гра проводиться з визначеними умовами (наприклад, гол буде зарахований тільки після удару середньою частиною підйому тощо), в процесі двобічної гри учні (особливо старших класів) проходять тренерську і суддівську практику.

IV. Заключна частина (3-5 хв.).

Аеробний біг (1-1,5 хв.). Вправи для відновлення дихання, вправи для розслаблення, стройові вправи. Стислий аналіз заняття та домашнє завдання.

**Позакласна секційна робота в школі**

Залучати секцій з футболу можна учнів, які досягли 10-річного віку, тобто 3-го чи 4-го класів.

Спортивні секції створюються для учнів основної медичної групи, які бажають займатись футболом.

У завдання секцій входять: виховання потреби заняття спортом, підвищення рухової підготовленості, удосконалення рухових вмінь і навичок гри у футбол. При створенні секції потрібно орієнтуватись на відповідну матеріальну базу, традиції школи, кадровий потенціал. Загальне керівництво роботою секцій покладається на вчителя фізичної культури.

Перед зарахуванням у секції з футболу учні проходять медичний огляд. В подальшому, в процесі навчально-тренувальних занять і змагань, всі учні-члени секції мають перебувати під постійним лікарсько-педагогічним контролем, який здійснюють вчитель-тренер і шкільний лікар.

Виходячи із структури дитячо-юнацьких спортивних шкіл і завдань підготовки юних футболістів, секції з футболу в школі повинні мати навчальні групи, які формуються з урахуванням віку і підготовленості учнів.

**Основні завдання навчальних груп**

Групи початкової підготовки (10-11 та 11-12 років): зміцнення здоров’я і загартування організму учнів; прищеплення стійкого інтересу до занять футболом; всебічна фізична підготовка з переважним розвиненням швидкості, спритності і координації рухів; навчання засад техніки володіння м’ячем, індивідуальної та групової тактики гри у футбол, вивчення правил гри у футбол.

Навчально-тренувальні групи 1-го (12-13 років) і 2-го (13-14 років) років навчання в секції: зміцнення здоров’я, удосконалення всебічної фізичної підготовки з переважним розвиненням швидкісно-силових якостей, спритності та загальної витривалості; оволодіння технічними прийомами гри, які найбільш часто і ефективно використовуються у гри; удосконалення індивідуальної та групової тактики гри; оволодіння засадами командної тактики гри; визначення ігрових амплуа юних футболістів – воротарів, захисників, півзахисників, нападаючих; участь у змаганнях з футболу та виконання вимог III юнацького розряду; виховання елементарних навичок суддівства. Виховання в учнів вміння займатись самостійно: виконувати вправи з фізичної підготовки та індивідуальної техніки володіння м'ячем.

Навчально-тренувальні групи 3-го (14-15 років) і 4-го (15-16 років) навчання в секції: удосконалення всебічної фізичної підготовки, розвинення сили, швидкості, загальної та спеціальної витривалості; вивчення і удосконалення технічних прийомів гри, індивідуальної, групової та командної тактики гри; визначення ігрового місця у складі команди, набуття досвіду участі у змаганнях; виконання вимог 2-го спортивного розряду з футболу; оволодіння навичками суддівства, виховання інструкторських навичок, удосконалення навичок займатися самостійно.

Групи спортивного удосконалення в секції (16-17 років): подальше удосконалення фізичної підготовки, яка спрямована на розвинення спеціальних якостей футболіста – швидкості, швидкісно-силових якостей, спеціальної витривалості; удосконалення техніки гри з урахуванням індивідуальних здібностей та ігрового амплуа; удосконалення індивідуальної, групової та командної тактики за певною тактичною системою; удосконалення психологічної підготовки; набуття ігрового досвіду і виконання вимог для присвоєння 1-го юнацького розряду з футболу; удосконалення інструкторських і суддівських навичок; підвищення рівня теоретичних знань.

Головні форми роботи секцій з футболу в школі: групові навчальнотренувальні заняття, індивідуальні та самостійні тренувальні заняття, двобічні ігри, товариські, контрольні та офіційні ігри.

Режим тренувальних занять і наповненість груп наведені в таблиці 6.

Таблиця 6

**Режим і наповненість груп секцій з футболу в школі**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Рік навчання | Вік учня для зарахування, років | Кількість учнів у групі | Кількість тренувальних занять на тиждень | Мінімальні вимоги до спортивної підготовленості |
| І. Групи початкової підготовки | | | | |
| 1-й  1-й | 10-12  11-12 | 18-20  18-20 | 2-3  2-3 | Виконання перевідних нормативів з ФП |
| ІІ. Навчально-тренувальні групи | | | | |
| 1-й | 12-13 | 12-15 | 2-3 |  |
| 2-й | 13-14 | 12-15 | 2-3 | Виконання нормативів з ЗФП.СФП |
| 3-й | 14-15 | 12-15 | 3-4 | Виконання ІІІ юнацького розряду |
| 4-й | 15-16 | 12-15 | 3-4 | Виконання нормативів з ЗФП, СТП |
| ІІІ. Групи спортивного удосконалення | | | | |
| 1-й | 16-17 | 10-12 | 4-5 | Виконання І юнацького розряду |