

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 4 г. СОЧИ

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ
«Массовый футбол для детей не старше 12 лет»

Авторы:
тренер – преподаватель
МБУДО СШ № 4 г. Сочи
Матарыкин А.В.
тренер – преподаватель
МБУДО СШ № 4 г. Сочи
Маркарян С.Ю.

г. Сочи
2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
Пояснительная записка	3-4
Глава 1. Философия Массового Футбола.....	5
1.1. История развития футбола в России	5-6
1.2. Понятие массового футбола.....	6-7
Глава 2. Организация массовых мероприятий по футболу...	8
2.1. Организация турниров.....	8-11
2.2. Организация фестиваля	12-15
Глава 3. Обучение детей основам техники, тактики игры в футбол.....	16-25
Заключение	26
Список литературы	27

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данное методическое пособие «Массовый футбол для детей не старше 12 лет» основано на положительном опыте обучения и дополняет основную образовательную программу по виду спорта «Футбол».

Актуальность данного методического пособия обусловлена тем, что сегодня на смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные, у ребенка остается все, меньше времени для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками, все это негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей детей. Подвижные игры с элементами спорта способствуют развитию двигательных способностей: скоростно-силовых, координационных, требующих выносливости, силы, гибкости; позволяют проявлять самостоятельность, активность, творчество.

Педагогическая целесообразность. Содержание методического пособия позволяет воспитать и выявить талантливых обучающихся, профессионально ориентировать их, способствовать личному развитию и самоопределению, подготовить обучающихся для дальнейшего перехода на дополнительную предпрофессиональную программу.

Новизна методического пособия заключается в том, что акцент сделан на регулярности применения общеразвивающих нагрузок, равномерности распределения специфической для избранного вида спорта двигательной активности. Поэтому в течение всего срока обучения сохраняется структура тренировочных занятий, что позволяет зачислять обучающихся в течении года.

Отличительной особенностью данного методического пособия является принцип ее построения, который обеспечивает вариативность, гибкость и мобильность построения программы, позволяя тренеру-преподавателю обеспечивать качество освоения программы обучающимися, в том числе на основе построения индивидуального образовательного маршрута обучающегося.

Адресат программы. дети от 6 до 12 лет, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья к занятиям физической культурой и спортом без специального

профильного (индивидуального) отбора.

Глава 1. Философия Массового Футбола

1.1. История развития футбола в России

История возникновения футбола в России берет начало с конца 19-го века. В те времена на российских предприятиях работало много английских граждан, которые не понаслышке знали, что это такое и как играть в футбол.

Согласно истории, футбол в Россию привезли братья Чарнок – Гарри и Клемент. Работали они на Орехово-Зуевском комбинате, владельцем которого являлся их давний товарищ Савва Морозов. Большую часть оборудования предприниматель закупал в Англии, используя связи Чарноков. Неудивительно, что большинство рабочих также были британцами, а оформлением на работу занимался Клемент. Чтобы попасть на завод, люди должны были не только хорошо справляться с обязанностями, но и играть в футбол.

24 октября 1897 года – день, когда был сыгран первый официальный футбольный матч на территории Российской Империи. Встретились между собой команды «Василеостровского общества футболистов» и «Старта», составленные преимущественно из английских рабочих. Уверенную победу в том матче со счетом 6:0 одержал «Старт», а центральный стадион города Санкт-Петербург вошел в историю футбола как первая арена, на которой провели первый официальный матч в России.

В 1901 году, когда футбол в Российской Империи стремительно развивался, начали создаваться первые региональные дивизионы. Через 10 лет было принято решение сформировать Всероссийский футбольный союз, который объединил регионы для создания единой лиги.

Спустя год сборная Российской Империи приняла участие в первых официальных соревнованиях за рубежом. Команда, составленная из любителей, сыграла дебютные матчи в рамках Олимпийских игр 1912 года, проиграв финнам (1:2) и немцам (0:16). Поражение от Германии стало самым крупным в истории российского футбола.

Участие в ОИ еще больше популяризировало футбол в нашей стране. Новые клубы начали регистрироваться с завидной регулярностью, и до 1915 года их насчитывалось более 160.

1.2. Понятие массового футбола

Ключевые черты массового футбола – это взаимоотношения, командный дух и развлечение. Концепция обучения во время игры, проходящая под руководством тренера-преподавателя является специальным подходом к молодёжи и создаёт предпосылки к сближению в будущем. Тренер-преподаватель должен быть динамичным, простым, пылким и мотивированным и должен всегда учитывать психологию детей, психологическую характеристику. Дети, не миниатюра взрослых, это нужно понимать!

Футбол – основное развлечение для бесчисленного количества детей во всём мире. Это особый предмет культурной интеграции и средство самовыражения. Программа массового футбола ФИФА предлагает каждому шанс играть в футбол без дискриминации и без особых требований к инфраструктуре. Программа ФИФА может дополнить инициативы конфедераций и ассоциаций, которые уже создали свои программы массового футбола. Программа массового футбола ФИФА была составлена в тесном сотрудничестве с ассоциациями и вовлекает все заинтересованные стороны в обучении (правительство, неправительственные организации, общества, школы и т.д.)

Массовый футбол – это футбол для всех, каждым и везде!

Главный интерес тренера-преподавателя сосредоточен на ребёнке. Главное задачей тренера является обеспечение развития ребёнка в спорте, социуме, психологии и обучении. Тренер-преподаватель знает игру и знает игроков. Естественно, тренер не может знать всё, даже в своей сфере. Однако, тренер должен иметь очень чёткое понимание в своей области знаний. Победы и поражения ничто, по сравнению с тем, чем является футбол для человеческих и социальных ценностей. Футбол необходим для тренировки будущих граждан и для воодушевления молодёжи

в обществе. Футбол может быть превосходным средством для развития таких ценностей, как уважение, солидарность, взаимовыручка, помощь и т.д. Задачей или профессией тренера-преподавателя является отдача, взаимоотношения и взаимосвязь с другими и получение удовольствия от этого.

Глава 2. Организация массовых мероприятий по футболу

2.1. Организация турниров

Во время организации турниров надо учитывать, что соревновательный аспект и результат имеет не главное значение, что в первую очередь важна концепция игры и удовольствия. По этой причине, тренер-преподаватель, вовлечённый в организацию турниров всегда должен учитывать: – Сбалансированность команд для создания интриги в матче; – Равномерное вовлечение всех участников во время игры; – Продолжительность матчей, учитывая их количество; – Переход от одного матча к другому в зависимости от предыдущего результата; – Правила фэр-плейя на поле и за его пределами. Разные форматы для Турниров и Кубков.

3 команды Домашние и выездные матчи 3 команды (2 стади) Стадия
Матч 1 А – В С – А В – С 2 В – А А – С С – В. 4 матча каждой команды (Рис.1).

Рисунок 1

3 команды (2 стади)	
Стадия	Матч
1	А – В
	С – А
	В – С
2	В – А
	А – С
	С – В

4 матча каждой команды

4 команды. Каждая команда играет с другой командой один раз (Рис.2)

Рисунок 2

4 команды (1 стадия)		
Стадия	Матч	
1	1	A – B
	2	C – D
2	3	B – C
	4	D – A
3	5	B – D
	6	A – C
3 матча каждой команды		

5 команд. Каждая команда играет против 4 других, одна команда вылетает после каждого раунда (Рис.3).

Рисунок 3

4 команды (1 стадия)		
Стадия	Матч	
1	1	A – B
	2	C – D
	Нет матча	E
2	3	E – A
	4	D – B
	Нет матча	C
3	5	C – E
	6	A – D
	Нет матча	B
4	7	B – E
	8	C – A
	Нет матча	D
5	9	D – E
	10	B – C
	Нет матча	A
4 матча каждой команды		

6 команд. 1) Первая стадия с двумя группами по 3 команды: Две группы по 3 команды, каждая команда играет с другими двумя. – Группа P1 = A, B и C – Группа P2 = D, E и F (рис. 4)

Рисунок 4.

Вариант 1:

ТОЛЬКО ПЕРВАЯ ИГРА

6 команд (Первая стадия)		
Группа	Матч	
P1	1	A – B
P2	2	D – E
P1	3	C – A
P2	4	F – D
P1	5	B – C
P2	6	E – F
2 матча каждой команды		

Вариант 2:

ПЕРВАЯ И ОТВЕТНАЯ ИГРА

6 команд (Первая стадия)		
Группа	Матч	
P1	1	A – B
P2	2	D – E
P1	3	C – A
P2	4	F – D
P1	5	B – C
P2	6	E – F
P1	7	B – A
P2	8	E – D
P1	9	A – C
P2	10	D – F
P1	11	C – B
P2	12	F – E
2 матча каждой команды		

2) Вторая стадия: Две группы по 3 команды, каждая команда играет с двумя другими. – Группа W: два победителя групп P1 и P2 + лучшая команда, занявшая второе место – Группа L: три другие команды (рис. 5)

Финальный раунд G		Финальный раунд V	
A	№1 P1	D	№2 P1/2
B	№1 P2	E	№3 P1
C	Лучшая №2 G1/G2	F	№3 P2

Финальный раунд – Организация матчей		
Группа	Матч	
V	1	B – C
D	2	D – E
V	3	C – A
D	4	F – D
V	5	A – B
D	6	E – F
2 матча каждой команды		

2.2. Организация фестиваля

Фестиваль – Количество команд и оборудования исходит из места, требуемого для фестиваля. – Количество команда зависит от количества и организации полей и количества рабочих групп (технические упражнения и игры уменьшат количество игроков). – Продолжительность фестиваля: максимум два с половиной часа. Время игры каждого участника не должно превышать рекомендованную продолжительность для этого возраста. Рабочие группы и игры – Размеры поля зависят от количества игроков и их возраста. – Поля и рабочие группы должны быть отмечены и пронумерованы. – Размеры ворот могут зависеть от поля. – Матч может проходить с вратарем или без него. – Рабочие группы расположены рядом с полями. – Количество рабочих групп (1-4) зависит от размеров и свободного пространства для фестиваля. – Главной целью рабочих групп является техника. – Рабочие группы должны находиться под присмотром (квалифицированных тренеров-преподавателей). – Организаторы должны уточнить типа рабочих групп. Оборудование – Все типы ворот могут быть использованы. Максимальные размеры: 5м x 2м. – Маркировка полей – опциональна – Манишки разных цветов. Один набор манишек для каждого мероприятия. – Мячи: размер 4 (290грамм). – Матчи: 1 мяч на матч + ворота. – Рабочие группы: зависят от упражнения (манишки, мячи, маленькие ворота и т.д.). Организация – Объявления мероприятия/ Система регистрации команд. – Информация должны быть отправлена участвующим командам. – В зависимости от количества команд, надо установить количество полей и план распределения команд (копии отправлены администраторам команд). – Подготовить программу и продумать мероприятия. – Распланировать и организовать оборудование и помещения. – Организовать персонал. – Подготовить поля и рабочие группы (персонал, администраторы команд). – Проверить наличие аптечек первой помощи и напитков для детей. Участники – По возможности, должна быть группа только одного возраста на фестивале. – Каждая команда имеет тренера-преподавателя/ администратора команда (по возможности). – Команды не должны иметь

больше 7 игроков (мальчиков/ девочек). Мероприятия – Команды переходят от поля к полю. – Дети не должны оставаться на том же поле по завершению мероприятия. Они должны перемещаться с одного поля на другое в правильном направлении. Также надо обеспечить перемещение вратарей и запасных. – Только дети и администраторы команд допущены на поле. Родители и сопровождающие не допускаются на поля (“Дайте детям играть”). – Нет судьи. Администратор команды/ тренерпреподаватель следит за игрой с края поля. По этой причине поля должны быть близко друг к другу. – Организатор фестиваля может обязать тренерапреподавателя организовать рабочую группу. В противном случае, это входит в обязанности администратора команды. Не требуется никаких особых навыков (см. “Примеры упражнений”). – Результаты не записываются. Нет разделения. – Должны быть перерывы, чтобы дать детям возможность восстановиться и выпить. Организация фестиваля | Массовый футбол 43 – Сделать фестиваль живым, включая рабочие группы (организация команды, администраторов команд по возможности). Роль организатора фестиваля Приветствие и информация – Организаторы приветствуют администраторов команд и тренеров-преподавателей. – За пол часа до мероприятия, организатор информирует команды об организации полей и перемещениях команд. – Каждая команда должна получить план, показывающий организацию полей и перемещение команд, чтобы фестиваль прошел качественно. – Организаторы должны продвигать правила фэр-плэйя на поле и за его границами, по большей части, для родителей и взрослых, чем для детей. Во время фестиваля Организаторы занять место в центре фестиваля. Разные конфигурации Организация с 6 командами – 7 на 7 футбол – Это место должно быть наилучшим для связи с администраторами команд (чтобы отвечать на вопросы, давать инструкции и т.д.). – Организатор устанавливает время каждого перемещения и устанавливает время начала и конца матча и сигнализирует начало специальным сигналом. Окончание фестиваля и обзор – В конце фестиваля, организатор созывает всех администратором команд в центре фестиваля. – Организатор произносит завершающую речь

(благодарность детям за их участие, достижения, благодарность администраторам команд, родителям, сопровождающим и т.д.). – Администраторы команд также приглашаются сказать речь и провести быстрые обзор фестиваля. – Все задействованный лица должны получить опыт, чтобы сделать, в будущем, схожие фестивали лучше, путём улучшения организации, улучшая качество футбольных мероприятий (рабочих групп, технических упражнения, матчей).

Организация с 6 командами – 7 на 7 футбол (рис. 6).

Рисунок 6.

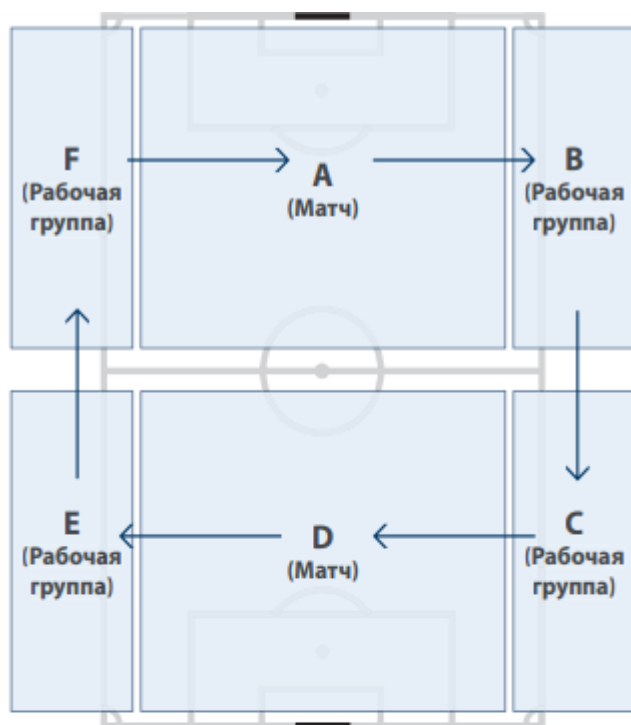


Раунд	Поле А	Поле В	Поле С	Поле D
1	1 vs 2	3	4 vs 5	6
2	6 vs 1	2	3 vs 4	5
3	5 vs 6	1	2 vs 3	4
4	4 vs 5	6	1 vs 2	3
5	3 vs 4	5	6 vs 1	2
6	2 vs 3	4	5 vs 6	1

Матчи и рабочие группы проходят на полях А, В, С и D. Две команды для каждого матча и одна команда для рабочей группы. Рабочие группы могут подразумевать игры 1 v 1 или 2 v 2, или технические упражнения (меняемые от одной рабочей группы к другой).

Организация с 8 командами – 7 на 7 футбол (рис. 7)

Рисунок 7.



Матчи А и D проходят на поле, в то время как рабочие группы В, С, Е и F проходят в стороне. Две команды для каждого матча и одна команда для рабочей группы. Рабочие группы могут подразумевать игры 1 v 1 или 2 v 2, или технические упражнения (меняемые от одной рабочей группы к другой).

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕХОД

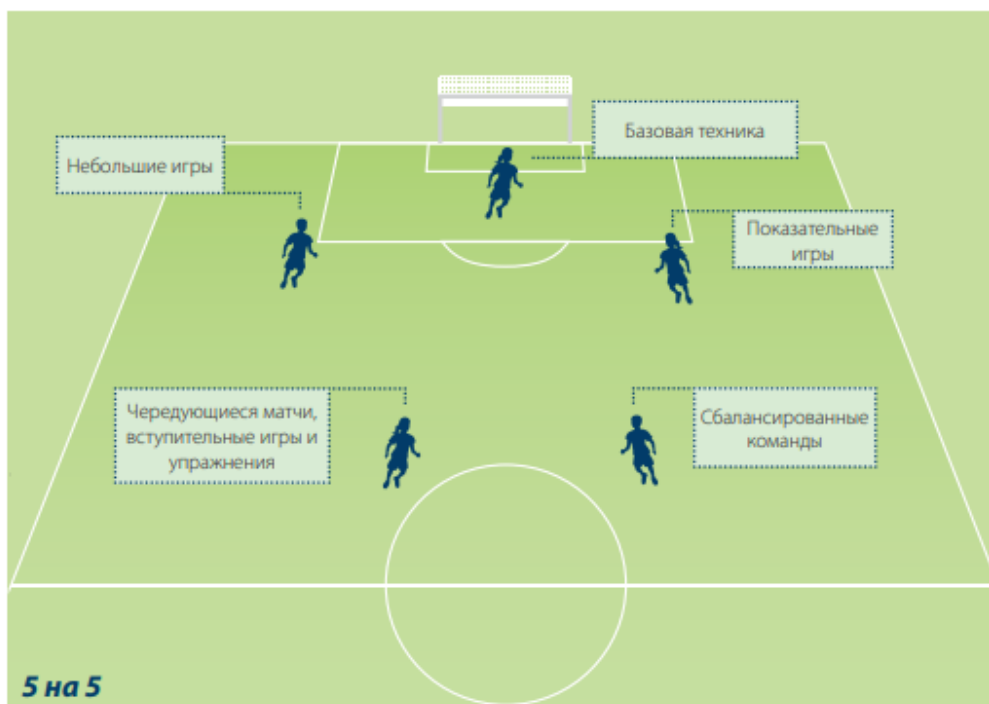
Раунд	Поле А	Поле В	Поле С	Поле D	Поле Е	Поле F
1	1 vs 2	3	4	5 vs 6	7	8
2	8 vs 1	2	3	4 vs 5	6	7
3	7 vs 8	1	2	3 vs 4	5	6
4	6 vs 7	8	1	2 vs 3	4	5
5	5 vs 6	7	8	1 vs 2	3	4
6	4 vs 5	6	7	8 vs 1	2	3
7	3 vs 4	5	6	7 vs 8	1	2
8	2 vs 3	4	5	6 vs 7	8	1

Глава 3. Обучение детей основам техники, тактики игры в футбол

Вырастая, дети проходят разные этапы. У тебя различные потребности и разное поведение; они все развиваются по-разному. По этой причине это очень важно, знать особые характеристики и приоритеты каждой ступени развития, учитывая физические и психологические аспекты. Тренер-преподаватель должен понимать, что ребёнок это не маленький взрослый. Стадии роста и развития ребёнка должны браться в расчёт, чтобы обеспечить оптимальный подход. Тренер-преподаватель должен нести ответственность за каждого ребёнка и принимать разные решения для каждого отдельно взятого ребёнка. Важно учитывать физическое развитие каждого молодого игрока и различать их реальный возраст, от возраста их физического развития.

Большая часть детей начинает играть в 6-8 лет, но некоторые начинают позже. По этой причине очень важно для тренера-преподавателя, чтобы он учитывал уровень ребёнка и передавал позитивный настрой, чтобы стимулировать развитие. Тренер-преподаватель присматривает за детьми, играющими в футбол; тренер-преподаватель не тренирует футболистов.

Дети в возрасте 6-8 лет – тренировка



Характеристики детей

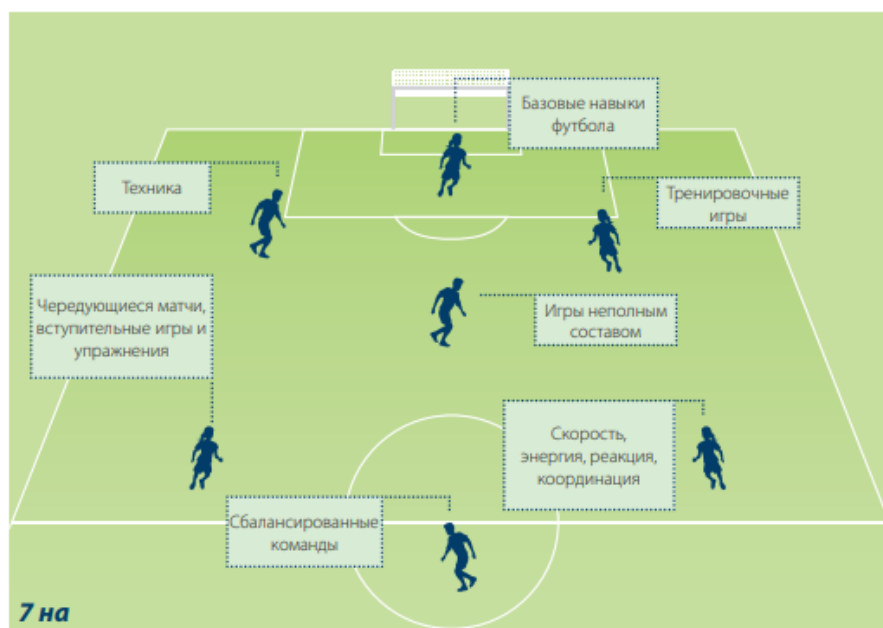


Роль тренера-преподавателя

- Присмотр, подстраховка и мотивация
- Показывает и упражняет
- Простой, понятный язык
- Ограниченное вмешательство/ разрешать детям играть
- Обучение вдохновением

Получать удовольствие от футбола

Дети в возрасте 9-10 лет – тренировка



Характеристики детей



Характеристика детей

- Улучшенная скорость, выносливость и сила
- Улучшенная координация
- Хорошая зрительная память
- Хорошая самооверенность
- Навыки дискуссий
- Желание учиться и открывать
- Командный дух

Ребёнок в команде друзей

Содержание тренировки

- Базовая футбольная техника
- Базовая командная организация
- Скорость, энергия, реакция, координация
- Тренировочные игры
- Игры неполным составом: 5на5, 7на7 матчи
- Чередующиеся матчи, тренировки, упражнения
- Сбалансированные группы и команды

Игра, открытие, эксперименты

Роль тренера-преподавателя

- Методология, обучение техники
- Эмоциональное и техническое лидерство
- Организационные и коммуникационные навыки
- Закладывание командного духа
- Общие знания футбола
- Демонстрация, внедрение, исправление
- Обучение стимулированием

Получать удовольствие от футбола

Дети в возрасте 11-12 лет – тренировка



Характеристики детей

Роль тренера-преподавателя



Характеристика детей	Содержание тренировки
<ul style="list-style-type: none"> – Существенные физические изменения – Улучшенная координация, баланс – Хорошая зрительная, слуховая память – Навыки дискуссий – Желание учиться – Напор – Развитие соревновательного духа – Командный дух <p>Ребёнок в команде друзей</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Скорость, энергия, реакция, координация – Координация – Базовая техника – Базовая командная организация – Главные принципы игры и мотивация – Контроль пространства и движения – Игры неполным составом: 5на5, 7на7 матчи – Развитие креативности у детей – Вдохновение отдельных детей на проявление инициативы <p>Игра, открытие, эксперименты</p>

Роль тренера-преподавателя

- Методология, обучение техники
- Закладывание командного духа
- Качество поведения
- Знание футбола
- Технический язык
- Обучение через игру
- Вдохновение команды
- Демонстрация, внедрение, исправление
- Обучение через мотивацию

Получать удовольствие от футбола

Подход к тренировкам:

1. Подготовка сессии:

- Пометки;
- Общее знание футбола;
- Постановка задач;
- Выбор упражнений, приспособленных для детей;
- Подготовка с учётом места и расписания упражнений;
- Расстановка инструкция с учётом уровня детей;
- Постепенное развитие упражнений, учитывая уровень детей;
- Репетиции упражнений и запоминания ситуаций детьми;
- Изменение упражнений и развитие детей.

2. Организация сессии:

- Выбор места для игры, предоставляя необходимое пространство
- Обучающее оснащение, аптечка первой помощи
- Организация упражнений и игр: раздача манишек, движение игроков и т.д.
- Организация команд. Очень важно, чтобы команды были сбалансированы, когда они играют друг против друга, чтобы мотивировать детей:
- Уровень игроков
- Физический уровень
- Разнообразие, адаптирование правил
- Прогрессивное изменение упражнений и игр
- Продолжительность и повторяемость упражнений
- Время отдыха, питьё для детей.

3. Мотивация сессии:

- Простые, понятные объяснения предметов сессии
- Презентация содержания
- Организация команд или рабочих групп.
- Установка у участников: • Позиционирование игроков • Показ упражнений •

Выполнение упражнений, замер затраченного времени

– Упражнения и мотивация: • Обучение воодушевлением • Следить за повторением упражнений и качеством их внедрения • Коллективные и индивидуальные исправления упражнений • Постоянный контроль расписания и места • Улучшение техники

– Игры и мотивация: • Обучение воодушевлением • Избегать чрезмерного вмешательства, позволять играть • Поощрять индивидуальную инициативу • Развивать креативность • Постоянный контроль расписания и места • Слежение за балансом между командами

4. Подведение итогов сессии:

- Собрать детей вместе и успокоить их
- Анализ, обсуждение, рекомендации
- Рассмотрение следующей сессии
- Сбор оборудования
- Присмотр за отправлением детей

Игра в футбол вне зависимости от пола. В течение многих лет, многие страны не разрешали молодым людям играть в смешанный футбол по культурным причинам. Молодым девочкам разрешали играть в футбол, только с другими молодыми девочками, вне зависимости от возраста. В настоящее время, многие страны приняли смешанные школы, в которых дети не делятся по половому признаку, а делятся по возрасту и уровню мастерства. Смешанное участие в спорте, и в футболе, активно

развивается среди молодёжи. Мы знаем, по опыту, что до возраста 12 или 13 лет, нет никакой разницы между способностями мальчиков и девочек, и молодые девочки проходят через те же стадии развития, что и мальчики, во время обучения футболу, в связи с их техникой, атлетизмом, способностью к чтению игры и общения. Это нечего не стоит, для некоторых стран, разрешить смешанное участие в футболе до 19 лет, в то время как другие не накладывают никаких запретов на смешанный футбол вообще, именно поэтому футбол так хорошо развит в этих странах. Разрешая мальчикам и девочкам играть вместе, мы избавляем их от полового барьера, повышая толерантность и взаимоуважение. Играя рядом с мальчиками, девочки получают больше позитивных впечатлений, повышают самоуверенность и больше узнают о своих возможностях. Смешанное участие в футболе совмещает все форму соревнований между девочками и мальчиками. Другими словами, мы можем применять термин “смешанный футбол” для любых указанных случаев: – Команда мальчиков играет против команды девочек; – Смешанная команда играет против команды мальчиков; – Смешанная команда играет против команды девочек; – Смешанная команда играет против смешанной команды. Разрешая смешанный футбол до 12 лет, учитывая различные социальные структуры и культурные особенности, мы сильно способствуем развитию женского футбола в целом.

Базовая техника (рис. 8)

Специальная техника (рис.9)

В массовом футболе базовая техника может быть разделена на три категории:

- Контроль мяча
- Бег с мячом
- Удар по мячу

1. Контроль мяча



- а. Контроль**
- б. Чеканка**

Контроль

Чтобы контролировать мяч надо его подчинить. Правильный контроль мяча означает, что движение будет успешным. Фокусироваться надо на: прямой контроль и подбор мяча во время движений – это вносит скорость в игру.

Чеканка

Если часто повторять, чеканка развивает навык и ловкость, координацию и баланс у молодых игроков. Эти навыки ускоряют развитие других техник.

2. Бег с мячом



- а. Бег прелествий**
- б. С прелествиями = дриблинг**

Бег с мячом

Это то, как каждый двигается с мячом на поле. Когда игрок хорошо контролирует мяч, он контролирует его всё время: это требует хорошего баланса и отличной устойчивости. Бег с мячом с поднятой головой даёт постоянный поток информации о происходящем на поле и позволяет адаптировать движение в игру.

Дриблинг

Это то, как каждый двигает с мячом, когда напротив него есть противник. Дриблинг позволяет обойти одного или нескольких оппонентов при помощи:

- Маневрирование и взятие рисков на себя,
- Установка командных маневров,
- Удержание мяча, давая возможности напарникам помочь,
- Обводка оппонента (концепция финта).

3. Удар по мячу



- а. Пасы**
- б. Удары по воротам**

Пасы

Это передача мяча своему напарнику. Это главная составляющая игры. Как ключевая часть игры, пасы позволяют:

- Продолжать владение мячом,
- Организация так,
- Смена направления игры,
- Контратаки,
- Дает возможность последнего паса.

Кроссы – это вид коротких или длинных пасов, обычно приводящих к удару. Они служат в качестве последнего паса.

Удары

Это действие, целью которого является забивания мяча в ворота оппонента. Это логическое завершение, кульминация атаки. Это и есть суть футбола.

Удары требуют технических навыков (качество удара, меткость), физических навыков (сила, координация, баланс) и умственных навыков (выдержка, смелость, самоуверенность).

В массовом футболе базовая техника может быть разделена на три категории:

- Контроль мяча
- Бег с мячом
- Удар по мячу

1. Контроль мяча



- а. Контроль**
- б. Чеканка**

Контроль

Чтобы контролировать мяч надо его подчинить. Правильный контроль мяча означает, что движение будет успешным. Фокусироваться надо на: прямой контроль и подбор мяча во время движения – это вносит скорость в игру.

Чеканка

Если часто повторять, чеканка развивает навык и ловкость, координацию и баланс у молодых игроков. Эти навыки ускоряют развитие других техник.

2. Бег с мячом



- а. Бег препятствий**
- б. С препятствиями = дриблинг**

Бег с мячом

Это то, как каждый двигается с мячом на поле. Когда игрок хорошо контролирует мяч, он контролирует его всё время: это требует хорошего баланса и отличной устойчивости. Бег с мячом с поднятой головой даёт постоянный поток информации о происходящем на поле и позволяет адаптировать движение в игру.

Дриблинг

Это то, как каждый двигает с мячом, когда напротив него есть противник. Дриблинг позволяет обойти одного или нескольких оппонентов при помощи:

- Маневрирование и взятие рисков на себя,
- Установка командных маневров,
- Удерживание мяча, давай возможности напарникам помочь,
- Обводка оппонента (концепция финта).

3. Удар по мячу



- а. Пасы**
- б. Удары по воротам**

Пасы

Это передача мяча своему напарнику. Это главная составляющая игры. Как ключевая часть игры, пасы позволяют:

- Продолжать владение мячом,
- Организация так,
- Смена направления игры,
- Контратаки,
- Даёт возможность последнего паса.

Кроссы – это вид коротких или длинных пасов, обычно приводящих к удару. Они служат в качестве последнего паса.

Удары

Это действие, целью которого является забивания мяча в ворота оппонента. Это логическое завершение, кульминация атаки. Это и есть суть футбола.

Удары требуют технических навыков (качество удара, меткость), физических навыков (сила, координация, баланс) и умственных навыков (выдержка, смелость, самоуверенность).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Продвижение и развитие массового футбола означает не только финансовый аспект, но и гораздо более широкое развитие необходимой инфраструктуры, что позволяет ассоциациям, тренерам и участникам принимать активное участие в футболе. Наша работа по продвижению и популяризации массового футбола и мероприятия, которые мы проводим, значительно увеличила возможность играть в футбол среди местного населения.

Именно это причины, которые вдохновляют детей играть в футбол, вне зависимости от их уровня. Игра развивает детскую технику и понимание футбола и повышает энтузиазм.

Футбол также развивает командный дух и фэйр-плэй. Футбол – это школа жизни.

Список литературы

1. Андреев С.Н. Футбол в школе. — М.: ФИС, 1986. — 222с.
2. Вайн Х. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых/Пер. с итал. — М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2004. З. Волошина Л.И. «Играйте на здоровье», Москва, 2004
4. Гагаева Г.М. Психология футбола. — М.: ФИС, 1979.
5. Годик М.А., Мосягин СМ., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. — М.: Граница, 2008. — 272 с.
6. Годик М.А., Скородумова АП. Комплексный контроль в спортивных играх. — М.: Советский спорт, 2010. — 336 с.
7. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. Творческий центр, Москва, 2002
8. Ежи Талага. Энциклопедия физических упражнений. М. «Физкультура и спорт», 1998.
9. Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду. Конспекты занятий, Москва, 2009
10. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола. — М.: Олимпия, 2007. — С. 10-12.
11. Кузнецов АА. Футбол. Настольная книга детского тренера. — М.: Олимпия; Человек, 2007. [1 этап (8-1- лет) — 111 с.; 2 этап (11-12 лет) — 204 с.; 3 этап (13-15 лет) — 310 с.; 4 этап — 165 с.]
12. Лапшин ОБ. Теория и методика подготовки юных футболистов. — М.: Человек, 2010. — 176 с.
13. Мельком Кук «101 Youth Soccer Drills, age 7 to 11».
14. Подвижные игры. Былеева Л.А., Яковлев В., Москва «Физкультура и спорт». 1965.
15. Федеральный закон РФ «О физической культуре и спорту в Российской Федерации» № 329 - ФЗ от 4 декабря 2007 г.
16. Футбол. Учебник для институтов физической культуры. Под общ.ред. МС.Полишкиса, В.А.Выжгина. М. Физкультура, образование и наука. 1999.
17. 500 игр и эстафет. Под редакцией ВВ. Кузина., С.А.Полиевского. М. «Физкультура и спорт». 2000
18. Bischops/Gerards. Junior Soccer. A manual for coaches. Meyer & Meyer Sport. 2003.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.minsport.gov.ru> - Министерство спорта РФ.
2. <http://www.kubansport.ru> - Министерство физической культуры и спорта Краснодарского края.
3. <http://минобрнауки.рф> - Министерство образования и науки РФ.
4. <http://www.rfs.ru/> - Российский футбольный союз