

Доклад по теме:

«Мини-футбол

в разделе программы

«Спортивные и подвижные игры» 1-4 классы»

учитель физической культуры МБОУ «СШ№5»

Родионов А.С.

Введение

С введением третьего часа физической культуры в школе, у учителей появилась возможность обучать детей основам мини-футбола. Образовательные технологии, предложенные в данной работе можно применять при проведении уроков физической культуры в начальной школе при прохождении раздела программы « Спортивные и подвижные игры». Данная работа поможет при обучении детей выполнению технических действий, ведении игры с применением простейших тактических действий и на хорошем уровне физической готовности.

Мини-футбол, один из самых популярных видов спорта и применяется для тренировки юных футболистов . В младшем школьном возрасте у детей наблюдается максимальный прирост в развитии таких физических качеств как координация и скорость.

Мини-футбол в этом возрасте является одним из самых эффективных средств физического воспитания школьников.

Методика обучения

С первых уроков обучения максимум времени надо уделять обучению техническим действиям - основе любой игры. Методы обучения: повторный и игровой. Повторный метод обучения при индивидуальном и групповом способе позволит обучить детей выполнению технических действий. Выполняя упражнения на месте и в движении с небольшой скоростью передвижения, мы должны добиваться от ребенка максимально правильного выполнения действий - чем выше скорость движения, тем труднее технически правильно выполнять действия. Обучать техническим действиям в этом возрасте надо с максимально частой сменой упражнений - монотонное и многократное выполнение одного-двух упражнений быстро убьет у ребенка интерес к занятиям. Упражнения надо менять каждые 3-4 минуты и проводить их эмоционально, с исправлением ошибок у каждого ребенка индивидуально и, обращая внимание на общие неточности, которые возникают при обучении техническим действиям. По мере освоения детьми технических действий надо усложнять условия выполнения и скорость выполнения технических действий. На этом этапе можно вводить подвижные игры с элементами изучаемой спортивной игры. Применять можно любые подвижные - чем чаще менять условия выполнения

упражнения, тем быстрее ребенок будет приспосабливаться к изменяющимся игровым ситуациям, и применять те технические действия, которые позволят решать эти ситуации наиболее рационально.

Преподаватель может предложить свои способы решения, но ребенок должен сам стараться находить те пути решения, которые соответствуют его уровню физической подготовленности и технической оснащенности. По мере освоения детьми технических действий можно вводить учебную игру. Учебная игра проводится по правилам изучаемой игры, проводить игру необходимо в неполных составах - 1х1 или 2х2 на маленьких площадках, что позволит оказать максимальное воздействие в плане обучения и совершенствования технических действий. Игра в неполных составах, позволит не только совершенствовать технические действия, но и обучит простейшим тактическим взаимодействиям, что впоследствии позволит эффективнее решать образовательные задачи по обучению спортивной игре.

Однако не только техническая подготовка решает все вопросы обучения спортивным играм. Без должной физической подготовленности овладение техническими действиями будет очень затруднено. Мини-футбол требует от ребенка всесторонней физической подготовленности. В этом возрасте максимальное внимание надо уделять развитию координации, ловкости и быстроты, так как именно возрастной период 7-10 лет является наиболее благоприятным для развития этих качеств. Поэтому подвижные игры надо применять на всех этапах обучения техническим действиям, причем, игры следует применять с целью развития необходимых физических качеств. Очень эффективно применять подвижные игры в подготовительной части урока - в разминке. Игры полностью мобилизуют детей и дают необходимую физическую нагрузку, подготавливая основные системы организма к работе. Кроме подвижных игр очень эффективно включение в разминку беговых упражнений направленных на координацию и технику бега. Разминка должна соответствовать решению поставленных на уроке задач.

Обучение мини-футболу в начальной школе целесообразнее всего проводить в несколько этапов, ставя на каждом этапе обучения задачи, которые соответствуют данному возрасту детей, их физическому развитию и уровню технической оснащенности и психологической устойчивости. Наиболее оптимальным способом решения образовательных задач будет деление на следующие этапы подготовки:

Первый год обучения.

На данном этапе подготовки, одной из ключевых задач будет формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой на уроке вообще и мини-футболом в урочной деятельности в частности. Главное рассказать и показать детям, что мини-футбол очень интересная и увлекательная игра.

Обучение технике мини-футбола на данном этапе следует начать с обучению стойкам и перемещениям футболиста по площадке. Наиболее эффективными средствами обучения будут подвижные игры «Салки», «Воробьи и вороны», «День и ночь» и т. д., то есть те игры, где много перемещений со сменой направления и скорости движения, остановок, обманных движений. В процессе игр дети научатся правильному бегу, ориентации в пространстве относительно границы площадки и относительно других игроков. Во время игр важно говорить детям об использовании максимально возможного арсенала способов перемещений или давать задания на использования только того или иного способа перемещения.

Следующим этап – это работа с мячами. Так как на данном этапе мы закладываем фундамент для дальнейшей работы, максимальное количество времени должно быть направлено на индивидуальную работу ребенка с мячом. Здесь очень полезны будут упражнения на месте с перекатами мяча подошвой вперед-назад, влево- вправо не отрывая подошвы от мяча, причем, эффективно будет использование резиновых мячей малого размера или мячей для большого тенниса. Это эффективный способ добиться от ребенка так называемого «чувства мяча», то есть научит ребенка чувствовать мяч стопой и управлять мячом поворотам стопы, а не всей ногой, что облегчит дальнейшее обучение ведению мяча. Следующими эффективными упражнениями будут упражнения с мячами на месте: прыжки через мяч, выпады через мяч, бег вокруг мяча, а так же можно предложить детям придумать самим и выполнить придуманные ими движения самостоятельно. Переходя на обучение ведения мяча в движении, надо помнить, что монотонная и однообразная работа утомляет детей в этом возрасте, поэтому задания необходимо менять каждые 3-4 минуты. Учить останавливать мяч подошвой - это наиболее простой способ остановки. По мере освоения детьми ведения мяча задания можно усложнять за счет увеличения скорости движения, изменения направления движения, уменьшения размеров

площадки. Очень эффективным на данном этапе обучения будет применение подвижных игр с ведением мяча («Салки с ведением мяча» «Переправа мячей» и т.д.). На данном этапе целесообразно будет давать детям играть в мини-футбол двухстороннюю игру в неполных составах-1х1 или 2х2, что позволит им освоить ведение и остановки мяча в игровых условиях, выполняя конкретную задачу: забить как можно больше мячей в ворота соперника.

В развитии физических качеств большое количество времени надо уделить развитию ловкости и координации. Средствами для их развития могут являться подвижные игры, эстафеты, акробатические упражнения, упражнения в лазании на гимнастической стенке. На этом этапе надо помнить, что главной задачей является не столько обучение и совершенствование технических действий, сколько привитие ребенку интереса к занятиям мини-футболом.

Второй год обучения

На этом этапе совершенствуем изученные ранее технические действия и переходим к обучению передач мяча и ударов по воротам. Передачи мяча являются основным компонентом групповых и командных взаимодействий, который очень сложен в обучении. На начальном этапе обучения, по возможности, надо больше работать индивидуально каждому ребенку с мячом, если такой возможности нет, то в парах или тройках. Уделять максимум времени исправлению ошибок, обращать внимание на постановку и правильную работу ног, выработать у детей устойчивый двигательный навык. По мере освоения двигательного действия можно добавлять передачи после перемещений без мяча и с мячом, менять расстояние между учениками и направление передач, предлагать выполнить передачу на точность между ног партнера или стойками. Для совершенствования передач подойдут подвижные игры, где требуется попасть мячом в цель («Снайперы» «Футбольный кегельбан»). Как во время обучения, так и в процессе совершенствования надо требовать от детей, чтобы во время выполнения передачи мяч двигался и не находился в статичном положении.

Удар по воротам основной способ забить мяч в ворота соперника. Для того чтобы детям было интересно при обучении этому элементу, лучше выполнять удары по воротам либо в какую-нибудь цель. Начинать обучения ударам с того, что дети должны выполнять удары по мячу с набрасываемого

самому себе мячу, при этом мяч всегда должен находиться ниже колена бьющей ноги. По мере освоения можно переходить к ударам по катящемуся мячу во время ведения и к ударам после передач мяча партнером. Для большей эмоциональности при совершенствовании можно применять подвижные игры и эстафеты с ведением мяча и ударами мяча по воротам и в цель.

Для совершенствования изученных технических действий интегрировано эффективны подвижные игры и эстафеты. В них условия выполнения очень приближены к игровым по скорости выполнения, и это даст учителю возможность оценить уровень подготовленности ребенка. Учебные игры также целесообразно проводить в формате 1x1 или 2x2 на маленьких площадках (разделив площадку на несколько игровых частей).

Третий год обучения

На этом этапе продолжаем совершенствовать изученные технические действия, а также обучаем ведению передач мяча и ударам по воротам различными частями стопы. В этом этапе подготовки вводим больше игровых заданий и упражнений, максимально приближенных к игре. Во время выполнения детьми заданий, если того требует ситуация, останавливаем игру и показываем, как правильно выполнять то или иное действие или то, где должен находиться ребенок в зависимости от положения партнеров и мяча. Однако, несмотря на то, что дети овладели минимумом технических навыков на уроке, для большего обучающего эффекта лучше работать над одним или двумя техническими действиями - это даст лучший обучающий эффект. Учебные игры во время урока можно проводить уже в формате 2X2 на половину площадки или на всю площадку. Для совершенствования ведения мяча и передач можно применять игру в формате 1x2 на половину площадки, причем команды формировать лучше всего, когда соперники равны или игрок, играющий один, сильнее двух игроков. Так как ученики уже достаточно технически оснащены, следует применять игровой и соревновательный методы в силу их высокой эмоциональности, что вызывает дальнейший интерес к обучению у учащихся.

Четвертый год обучения

Это переходной этап между начальной и средней школой. Этап совершенствования всех изученных технических действий. При этом на данном этапе надо добиваться от учеников максимально правильного выполнения технических действий с максимально возможной скоростью. При этом подходить к детям надо дифференцированно у каждого ребенка будет разный уровень технической оснащенности, что обусловлено многими внешними и внутренними факторами. Основные методы, применяемые на данном этапе повторный, игровой и соревновательный. Учебные игры проводить можно в формате 2х2 и 3х3 с объяснением простейших тактических действий при игре в атаке и обороне. Очень полезны также игровые задания в неравных составах в формате 1х2,2х3.

Данная методика позволит эффективно и интересно для детей проводить уроки физической культуры в начальной школе.

Список литературы:

1. Андреев С.Н. Мини–футбол в школе/ С.Н. Андреев, Алиев Э.Г. – М., Изд-во Советский спорт, 2008г. - 224с.
2. Плон Б.И. Новая школа в футбольной тренировке/ Б.И.Плон.- М., Изд-во Terra-Спорт, 2003г. - 240с.