

ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ З ФУТБОЛУ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

Децюра С.І., студент IV курсу

Ушаков В.С., старший викладач

Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана

Хмельницького

м. Мелітополь, Україна

Актуальність. Велике значення в процесі фізичного виховання школярів мають ігрові види спорту, зокрема, футбол [3,с.309-310]. Футбол – гра сама популярна і доступна, яка дозволяє хлопчикам і дівчаткам опановувати абетку колективізму і товариства, прояви волі і терпіння, сміливості та емоційної радості, чинить ефективний вплив на розвиток фізичних якостей.

Аналіз раніше виконаних досліджень. Урок футболу в школі розглядається багатьма авторами (А.М. Зеленцов, 1996; В.В. Соломонко, 1997; К.Л. Віхров, 2002; О.П. Петров, 2006; Є.В. Столітенко, 2011 та ін) як засіб не тільки фізичної підготовки, освоєння технічної і тактичної сторін цієї гри, але і підвищення розумової працездатності, зняття стомлення учнів, виникає в ході навчальних занять із загальноосвітніх дисциплін. Футбол формує такі позитивні навички і риси характеру, як вміння підпорядковувати особисті інтереси інтересам колективу (класу, команди), взаємодопомога, активність, почуття відповідальності [1,4-8].

В умовах сучасної загальноосвітньої школи введення уроку футболу в шкільну програму фізичного виховання – це назріла необхідність. Загальноосвітня школа повинна, починаючи з самого першого класу, виховувати фізично міцне молоде покоління з гармонійним розвитком фізичних і духовних сил, а футбол – це демократичний вид спорту, який не вимагає особливої матеріальної бази, дорогого обладнання та спортивної форми. Однак багато дослідників вважають, що включення футболу в урок

фізичної культури для хлопчиків приносить радість і поживлення, а у дівчаток не викликає особливого інтересу[1,4-8].

Ми вважаємо, що проведення уроків футболу з включенням різноманітних ігор (рухливих, міні-футболу) буде сприяти розширенню рухових можливостей дітей, підвищення рівня фізичної підготовленості, а також вихованню позитивної мотивації до занять фізичною культурою і спортом.

Як відзначає Є.В. Столітенко під час навчання футболу учнів молодших класів ставиться завдання ознайомлення дітей з основними групами прийомів. У цей період формуються знання учнів про рухові дії в футболі. Успішне вирішення цього завдання сприяє формуванню стійкого інтересу молодших школярів (як хлопчиків, так і дівчаток) до футболу і поступовому вихованню в них позитивного ставлення до занять фізичною культурою [5, с.276]

Зв'язок дослідження з науковими темами. Дослідження проводились в рамках виконання наукової теми кафедри теорії і методики фізичного виховання і спортивних дисциплін Мелітопольського державного педагогічного університету ім. Б. Хмельницького «Педагогічні та методичні аспекти фізкультурно-спортивної діяльності та корекція стану здоров'я методами фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації» (ДР 0115U001739)

Метою нашого дослідження було підвищення рівня фізичної підготовленості учнів молодшого шкільного віку на основі впровадження в навчальний процес уроків футболу.

Для досягнення поставленої мети вирішувалися наступні **завдання:**

- виявити ставлення учнів молодшого шкільного віку до занять футболом;
- визначити рівень фізичної підготовленості учнів молодших класів;

– розробити та апробувати методика проведення уроків футболу, спрямовану на підвищення рівня фізичної підготовленості молодших школярів.

Організація дослідження та результати. Педагогічний експеримент проводився в Мелітопольській загальноосвітній санаторній школі-інтернат №2 з метою підвищення рівня фізичної підготовленості учнів молодших класів.

Зміст навчальної роботи з фізичної культури для учнів початкової школи орієнтувалося на рішення наступних завдань:

- вдосконалення всебічної фізичної підготовленості з переважним розвитком швидкості та спритності;
- оволодіння технічними прийомами гри у футбол;
- оволодіння основами командної тактики гри.

Особливості методики проведення уроків футболу в школі.

Уроки з футболу, як і будь-які інші уроки з фізичної культури є основною формою занять. Для проведення уроку футболу заздалегідь визначався оптимальний обсяг теоретичного і рухового матеріалу, а також час, що відводиться на його вивчення, повторення і закріплення [1,4-8].

У підготовчу частину (7-10 хвилин) включалися вправи в побудовах і перестроюваннях, різні варіанти ходьби, бігу, стрибків з помірною навантаженням, загальнорозвивальні вправи без предметів, вправи з предметами (з короткою і довгою скакалкою), ігри та комбіновані естафети з елементами футболу.

Під час розминки учні виконували спеціальні вправи на розтяжку («Розтяжка бар'єриста», «Триножна розтяжка», «Дотик до пальців ніг»), щоб розігріти суглоби, м'язи і сухожилля [2,с.246-247].

В основній частині уроку (10-15 хв) в умовах оптимальної працездатності вирішувалися найбільш складні навчально-виховні завдання з навчання техніці і тактиці гри, а також розвитку рухових якостей.

У процесі навчання технічним прийомам гри в футбол використовувалися прості, доступні, спеціальні фізичні вправи, що виконуються на місці або на малій швидкості.

Для закріплення вивченого матеріалу використовувалися рухливі ігри з елементами футболу, міні-футбол. Гра, будучи обов'язковим компонентом кожного уроку, сприяла вихованню стійкого інтересу до футболу, розвитку рухових якостей і надавала позитивний вплив на емоційний стан дітей. Такі рухливі ігри, як «Хвилинні п'ятнашки», «Ведення по колу», «Замарай м'яч», «Квач у трійках», «М'яч капітану», «Футбол крабів» та інші використовувалися не тільки для більш швидкого освоєння програмного матеріалу з футболу, але і в цілях вдосконалення техніки ігрових дій (переміщень, ведення, прийому і передачі м'яча). Ігри та вправи, в залежності від поставлених завдань уроку, проводилися без контакту, так і в контакті з суперником («Гра в парі», «Гра в трикутник», «Карусель» та ін).

Для успішного оволодіння різноманітними технічними прийомами особлива увага приділялась різнобічній фізичній підготовки школярів. Цілеспрямований розвиток фізичних якостей здійснювалося з включенням в урок вправ, виконуваних з футбольним м'ячем і без м'яча. Використання міні-футболу на уроці сприяло підвищенню рівня техніко-тактичної підготовленості школярів. Особливістю даної гри є високий рівень вимог до координаційних і швидкісних якостей, швидкості реакції, а ці здатності оптимально розвиваються у дітей 7-12 років. У цьому ж віці формуються і особистісні якості, які відіграють важливу роль у придбанні та вдосконаленні спортивної майстерності.

У заключній частині уроку (3-5 хв) з метою відновлення працездатності організму і для зняття втоми використовувалися розслаблюючі вправи: «Велика петля», «Збір стійок» та ін.

Закінчувався урок підбиттям підсумків та пояснення домашнього завдання. При підведенні підсумків уроку зверталась особлива увага на прояв учнями рухової активності, самостійності в прийнятті правильних рішень,

наданню допомоги і підтримки в складних ситуаціях. Виконання дітьми домашніх завдань значно підвищувало ефективність уроків з футболу у вирішенні завдань різнобічного фізичного розвитку.

За підсумками проведених змагань «Веселі старты» серед учнів 3-4 класів школи команда 3 «А» класу здобула перемогу і порадувала вболівальників досягнутими результатами. Слід зазначити, що багато дітей виявили особливий інтерес до нової гри – міні-футбол.

Висновки. Вищевикладене дозволяє нам зробити висновок, що включення в навчальний процес фізичного виховання уроку футболу дозволило розширити рухові можливості дітей молодшого шкільного віку, підвищити рівень фізичної підготовленості і прищепити інтерес і бажання хлопчиків і дівчаток до занять футболом.

Література

1. Віхров К.Л. Футбол у школі: Навчально-методичний посібник/К.Л. Віхров. – К.: Комбі ЛТД, 2002. – 256 с.
2. Купреєнко М.В. Використання освітньо-розвиваючих та оздоровчих видів гімнастики на уроках фізичної культури/М.В. Купреєнко, О.В. Непша, В.С. Ушаков// Україна в гуманітарних і соціально-економічних вимірах//Матеріали II Всеукраїнської наукової конференції. 24-25 березня 2017 р., м. Дніпро. Частина II. / Наук. ред. О.Ю.Висоцький. – Дніпро: СПД «Охотнік», 2017. – С.246-247.
3. Непша О.В. Фізична культура як середовище виховання школярів/О.В. Непша, В.С. Ушаков// Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку: матеріали I Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (20-21 квітня 2017 року): збірник тез. – Бердянськ:БДПУ, 2017. –С.309-310.
4. Петров О.П. Методика навчання футболу: Навчально-методичний посібник/О.П. Петров. – Кам'янець Подільський: Кам'янець Подільський державний університет, редакційно видавничий відділ, 2006. – 128 с.

5. Соломонко В.В. Футбол: Підручник для студентів вищих
учбових закладів фізичного виховання і спорту/В.В. Соломонко, Г.А.
Лисенчук, О.В. Соломонко. – К.: Олімпійська література, 1997. – 288 с.

6. Спортивні ігри / За ред. А.В.Івойлова, В.А.Титаря. – Харків: Вид-
во «Основа» при Харк. ун-ті, 1993. – 216 с.

7. Столітенко Є.В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі
занять футболом/Є.В. Столітенко. – К.: ТОВ ВБ «Аванпост-Прим», 2011. –
300 с.

8. Уроки футболу/А.М. Зеленцов, В.В. Лобановский, В. Коуэрвер,
В.Г. Ткачук. – Киев: УСХА, 1996. – 256 с.