МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования

«ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт	**Кафедра**
Физической культуры и спорта	**Теоретические основы физической культуры и спорта**
Направление подготовки	44.03.01 Педагогическое образование
Профиль	Физкультурное образование

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФУТБОЛУ С ДЕТЬМИ 3-4 ЛЕТ

Студент _____ Богородицкий Илья Денисович
подпись, дата

Руководитель _____ Тома Ж.В.
подпись, дата

Нормоконтролер _____ Опарина О.Н.
подпись, дата

Работа допущена к защите
Протокол заседания кафедры от «_____» _____ 2018г № _____

Заведующий кафедрой _____ Тома Ж.В.
подпись

Работа защищена с оценкой

Протокол заседания ГЭК от «_____» _____2018 г № _____

Секретарь ГЭК _____ Кочеткова Е.Ф.
подпись

Пенза, 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ…… 3
ГЛАВА 1. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА…. 6
1.1 Возрастные особенности детей 3-4 лет……. 6
1.2 Занятия физическими упражнениями с детьми 3-4 лет…….. 11
1.3 Методика обучения дошкольников элементам спортивных игр…… 15
ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ……. 21
2.1 Методы исследования…….. 21
2.2 Организация исследования……. 28
ГЛАВА 3. МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ФУТБОЛОМ С ДЕТЬМИ 3-4 ЛЕТ И АНАЛИЗ ЕЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ……... 30
3.1 Организационно-педагогические условия проведения занятий футболом с детьми младшего дошкольного возраста…… 30
3.2 Оценка эффективности проведения занятий по футболу с детьми младшего дошкольного возраста……. 45
ВЫВОДЫ……... 55
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ…… 57

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. На сегодняшний день, во многих видах современного спорта тенденции к омоложению переросли в ранг свершившегося события. Подобное произошло и в отечественном футболе, где возрастной ценз набора в группы начальной подготовки снизился до младшего дошкольного возраста (3-4 года). Это требует пересмотра содержания учебно-тренировочного процесса и его адаптации к возрасту занимающихся. Имеющиеся в настоящее время спортивно-оздоровительные группы, которые также ориентированы на нормативные сроки начала занятий спортом, работающие на основе специально-разработанных программ уже не всегда могут решить вопрос учета особенностей занятий спортом с детьми младшего дошкольного возраста. Уровень спортивных достижений в современном спорте требует все большей специализированной адаптации юного спортсмена и «оставляет мало возможностей для общей закалки и всестороннего укрепления его физического здоровья». Это влечет за собой отрицательные последствия в здоровье детей. Оказалось, что незаметные изменения, происходящие под воздействием ряда выполняемых упражнений, характера деятельности, ее «специализации» могут нанести непоправимый вред организму занимающихся детей младшего дошкольного возраста.

С позиции физиологии психологии, по мнению многих ученых, дошкольный возраст является наиболее опасным и уязвимым периодом в развитии человека [5, 17, 22]. Следовательно, создание условий для снижения рисков негативного влияния занятий футболом на здоровье и физическое развитие детей младшего дошкольного возраста является необходимым условием. Это указывает на то, что при работе тренеров по футболу с данным контингентом детей построение учебно-тренировочного процесса должно основываться на научно подтвержденных сведениях о психофизиологических и анатомических особенностях данного возраста.

Интерес детей к игре, в частности к футболу, который при определенных условиях доступен детям дошкольного возраста необходимо всячески поддерживать. Это позволяет решать образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи. Чтобы процесс занятий с младшими дошкольниками позволял решать все эти задачи необходимо адаптировать и интегрировать средства игры в футбол и другие виды упражнений на занятиях этой спортивной игрой [11].

Таким образом, анализ литературы и результатов практической работы показал необходимость разработки спортивно-оздоровительного процесса для детей младшего дошкольного возраста, которые в свои 3-4 года приходят заниматься футболом. Современная ситуация в спорте пришла к тому, что на занятия спортом родители стараются отдать как можно раньше, но при этом надеясь на оздоровительно-развивающий характер занятий. С этих позиций тренер является гарантом сохранения здоровья занимающихся у него детей, привлечения их к систематическим занятиям спортом в дальнейшем.

В связи с этим актуальным является глубокое изучение психологических и физиологических особенностей детей данного возраста, которая дает возможность интегрировать средства различных видов спорта в определенные условия работы с детьми младшего дошкольного возраста [23].

Оценивая сложившуюся ситуацию, нетрудно заметить, что в данном случае практика опережает теорию. Естественно, что в этой ситуации возникают противоречия, порождающие проблему. К числу наиболее существенных противоречий относятся:

- реально существующая практика привлечения к учебно-тренировочному процессу по футболу детей 3-4 лет и отсутствие методологического обеспечения данного процесса;

- обоснованные организационно-педагогические условия к содержанию занятий футболом с детьми младшего дошкольного возраста, и реальными возможностями учебно-тренировочного процесса по обеспечению требуемого качества занятий с данной группой детей.

Исходя из выше представленных противоречий, научной проблемой настоящих исследований определена потребность в обосновании педагогических условий, необходимых для рационального построения спортивно-оздоровительного процесса по футболу в группах детей младшего дошкольного возраста.

Цель исследования − обоснование организационно-педагогических условий, оптимизирующих управление спортивно-оздоровительных процессом по футболу в группах детей младшего дошкольного возраста.

Объект исследования – физическое воспитание детей дошкольного возраста.

Предмет исследования – занятия футболом с детьми 3-4 лет.

Гипотеза исследования – содержание спортивно-оздоровительных занятий футболом с детьми 3-4 лет должно определяться организационно-педагогическими условиями.

Задачи исследования:

- изучить особенности освоения детьми 3-4 лет спортивных упражнений и их влияние на организм занимающихся детей;

- сформулировать организационно-педагогические условия проведения занятий по футболу с детьми 3-4 лет;

- сделать выводы и дать практические рекомендации по организации и содержанию спортивно-оздоровительных занятий футболом с детьми младшего дошкольного возраста.

ГЛАВА 1. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1 Возрастные особенности детей 3-4 лет

На каждом этапе своего развития человек отличается рядом особенностей, которые отражают все этапе его биологического, психологического, личностного развития. Дети дошкольного возраста в современном спорте в настоящее время стали настоящим объектом изучения, но более эмпирического, без предварительного анализа особенностей детей данного возраста. То же самок касается занятий физическими упражнениями, а особенности спортивному упражнениями.

Для организации занятий физическими упражнениями с детьми данного возраста имеют значение все возрастные изменения. Рассмотрим их.

В младшем дошкольном возрасте (3-4 года) происходят существенные изменения в характере и содержании деятельности ребенка, в отношениях с окружающими: взрослыми и сверстниками. Возраст с 3 до 4 лет – один из важнейших периодов развития, протекающих критически (1-й возрастной криз). В этом возрасте, как и в последующие критические периоды, ребенок становится капризным, ранимым, непослушным, повышенно утомляемым, раздражительным, упрямым, протестующим против власти взрослых, подверженным психогенным срывам [3].

Самым ценным новообразованием этого возраста является желание ребенка сделать что-то самостоятельно. В этом возрасте ребенок может несколько завышать свои возможности и способности, но уже многое он может делать самостоятельно. Ребенок нуждается в общении, ему необходимы одобрение взрослого, появляются новые успехи, желание стать лидером. Хотя общение со сверстниками порой сводится к тому, что ребёнку нужен товарищ, который смог бы его поддержать в шалости, действовал бы с ним заодно.

К 4-м годам начинает формироваться наглядно-образное мышление. Другими словами, происходит постепенный отрыв действий ребенка от

конкретного предмета, перенос ситуации «как будто». В 3-4 года преобладает воссоздающее воображение. Для детей этого возраста характерно смешение элементов из различных источников, смешение реального и сказочного. В возрасте 3-4 года начинают формироваться представления о предметах, от этих представлений зависит изобразительная деятельность ребёнка. Графические образы ещё бедны [10].

Память дошкольника 3-4-х лет непроизвольная, характеризуется образностью. Преобладает узнавание, а не запоминание. Хорошо запоминается только то, что было непосредственно связано с его деятельностью, было интересно и эмоционально окрашено. Тем не менее, то, что запомнилось, сохраняется надолго. Ребенок не способен длительное время удерживать свое внимание на каком-то одном предмете, он быстро переключается с одной деятельности на другую. Развивающаяся способность к концентрации возбуждения облегчает сосредоточение детей на учебном материале. Однако оно легко нарушается при изменении обстановки под влиянием возникающего ориентировочного рефлекса. В эмоциональном плане сохраняются те же тенденции, что и на предыдущем этапе. Характерны резкие перепады настроения. Эмоциональное состояние продолжает зависеть от физического комфорта. На настроение начинают влиять взаимоотношения со сверстниками и взрослыми. Поэтому характеристики, которые ребенок дает другим людям, очень субъективны [1].

В этом возрасте дети активно развиваются физически.

Сердце детей этого возраста хорошо приспособлено к нуждам деток, оно активно поставляет кровь к тканям, имеющим высокую потребность в кислороде и питании. Сосуды дошколенка шире, чем у взрослого, кровоток ускорен, относительный объем крови больше. Нормой ЧСС у дошколенка считается порядка 100 ударов в минуту. Но нервная регуляция миокарда 3-х летнего малыша несовершенна, поэтому он легко сбивается с ритма. При интенсивной или длительной нагрузке сердце быстро устает. Поэтому младшему дошкольнику нужна перемена занятий, в этом случае миокард

быстро восстанавливается. Поэтому активные игры должны быть кратковременны и чередоваться с отдыхом [19].

У младших дошкольников ЦНС совершеннее, чем у младших детей. Клетки мозга заканчивает свое созревание. Мозг визуально, и по весовым показателям уже близок мозгу взрослого человека. Но ЦНС еще неустойчива, поэтому дети быстро переходят от спокойного состояния к возбужденному. Это основная причина, по которой подбирать упражнения для младших дошкольников нужно осторожно, не стоит обеспечивать их длительной нагрузкой на пределе возможностей.

Следует помнить, что костная ткань еще только строится. Нужно помнить, что особенности костей и связочного аппарата ребенка не позволяют давать ему сверхсильные или сверхдлительные нагрузки. Они отражаются на формировании скелета и структуре костей. И могут стать причиной деформации отдельных костей, в том числе их гипертрофии. У младшего дошкольника много хрящевой ткани, костная система в целом очень подвижна и податлива. Нужно следить не только за осанкой ребенка. Физиологические изгибы позвоночника ребенка четвертого года жизни неустойчивы, кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий. Суставы пальцев могут деформироваться (например, если малыш часто лепит из слишком жесткого пластилина). Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, постоянно опущенная голова) могут стать привычными, нарушается осанка [3].

Особенности физического развития младших дошкольников включают довольно хорошую развитость мышц верхней части тела, особенно плеч. Но при активной деятельности детям этого возраста недостает ловкости, то есть при участии в работе больших мышечных групп наблюдается слабая согласованность движений. Дети этого возраста очень устают от однотипной деятельности и необходимости сохранять стабильную позу. Это нужно учитывать при составлении программ. У младших дошкольников сохраняется повышенная эластичность связок. Рост мышц происходит благодаря

утолщению отдельных мышечных волокон. Но в 3-4 года костно-мышечный аппарат, если рассматривать его в совокупности, относительно слаб и ребенок не способен переносить нагрузки [2].

Дети 3-4 летнего возраста высокоактивны, но имеют неустойчивость тела в статике. У детей этого возраста ограничены возможности, связанные с движением.

Для младших дошкольников очень важны занятия на природе (открытом воздухе), более чем для детей старшего возраста. Это обосновано структурой тканей легких, которая развита не полностью и строением верхних дыхательных путей от носовых ходов до бронхов. Они относительно узки. Это уменьшает пропускную способность дыхательных путей. Воздух, особенно при выполнении упражнений, с затруднением поступает в легкие дошкольников. Полезны также упражнения, способствующие развитию дыхательного аппарата: ходьба, бег, прыжки, передвижение на лыжах и коньках, плавание и др. (таблица 1) [20].

Таблица 1 – Частота дыхания за минуту (количество раз)

3 года	4 года	5 лет	6 лет	7 лет
30-20	30-20	30-20	25-20	20-18

Детям, особенно в начале четвертого года жизни, легче даются движения всей рукой (прокатить мяч, машину), поскольку крупная мускулатура в своем развитии опережает мелкую. Но постепенно в процессе двигательной активности, в подвижных играх и игровых заданиях с предметами совершенствуются движения кисти и пальцев. Поднимание рук вверх, в стороны, наклоны, покачивания и повороты туловища одновременно способствуют овладению своим телом [17].

У ребенка 3-3,5 лет взаимодействие сигнальных систем еще несовершенно. Уровень межанализаторных связей таков, что в момент выполнения упражнений дети порой не могут воспринимать словесные

коррективы воспитателя. Более эффективным будет оказать ребенку непосредственную помощь: повернуть его корпус, руки, задавая правильную амплитуду движений, и т.д. На этом этапе важно гармонично сочетать непосредственные и словесные воздействия на детей.

При подборе упражнений для детей младшего дошкольного возраста надо учитывать, что у них не выработалась еще четкость двигательных действий при ходьбе. Если с детьми не проводили интенсивные занятия, они плохо отталкиваются от земли, поэтому не могут полноценно прыгать, особенно через препятствия, и бегают с упором на всю стопу. У них наблюдается недостаток ловкости и согласованности движений при игре с мячом, хотя сама игра доставляет удовольствие.

При любых занятиях с младшими дошкольниками следует помнить, что дети быстро утомляются, отвлекаются и переключаются на другие занятия. Это касается и физического и интеллектуального развития. Дети очень активны, и стимулировать их деятельность физического плана нет надобности. Деятельность нужно дозировать, направлять на гармоничное развитие всех необходимых функций, и перемежать с интеллектуальными занятиями. Кроме того, в этом возрасте физическая культура полезнее спорта (таблица 2) [29].

Таблица 2 – Физические и психофизиологические особенности

Физические особенности	Психологические особенности
Утомляемость Высокая подвижность Слабо развитая мускулатура Низкая координация движений	Выраженное любопытство Незначительная концентрация Эгоцентризм Сильная ориентация на тренера Выраженный мир фантазий Большое стремление к движению и играм

Существуют нормы роста и веса ребенка, которые тоже позволяют оценить уровень его физического развития. Но следует помнить, что они вариативны и зависят от стартовых параметров ребенка. В среднем к концу

периода младшего дошкольного возраста рост дошкольников должен составлять 104-108 см, вес –17-18 кг, окружность грудной клетки – 55 см.

Нужно понимать, что все эти особенности физического развития детей в 3-4 года достаточно условны. Организм младшего дошкольника могут развиваться по индивидуальным траекториям с учётом каких-то болезней, но отклонения от этих норм не должны быть значительными.

Таким образом, динамика изменений и их характер в младшем дошкольном возрасте носит прогрессивный характер. Однако поэтапное развитие организма ребенка предполагает ряд ограничений в его целенаправленном физическом воспитании.

1.2 Занятия физическими упражнениями с детьми 3-4 лет

Физическое воспитание детей в младшем дошкольном возрасте предусматривает укрепление и охрану здоровья, полноценное физическое развитие и направлено оно на своевременное формирование у детей двигательных навыков и умений. В возрасте 3-4 лет дети очень подвижные и активные. Идет перестройка организма. Это уже не малыши 1-2 лет. В это время отмечается быстрый рост и потеря жировой массы в организме ребенка. В этот период необходимо создать все условия для освоения ребенком многих видов простейших движений, действий и закаливающих процедур.

Применение простых, но в то же время разнообразных упражнений, не предъявляющих больших требований к технике, приводит к свободному владению телом, развитию мышечного чувства, увеличивает возможность более правильно распоряжаться своими движениями в пространстве. Особенно это заметно на более простых по координации движениях, которыми дети рано овладевают в беге, подскоках. Необходимо создавать условия, чтобы не только слабые, но и сильные дети могли упражнять свои качества, развивать их дальше, не останавливаясь на среднем достигнутом уровне. Направлять их энергию, крепнущие физические силы на овладение новыми движениями, на

совершенствование имеющихся, а не сдерживать, опасаясь падений, травм и др. [21].

Содержание моторной активности ребенка обогащается за счет совершенствования навыка ходьбы, перемещений в усложненных условиях (ходьба по веревочке, по доске, перелезание через бревно), спрыгивания с небольшой высоты, прыжков в длину с места, подскоков на двух ногах, подбрасывания и ловли мяча, произвольных изменений положений ног, рук, туловища и головы, плавания и упражнений в воде, игр на воздухе и в помещении. Координация развивается при перемещениях со сменой направления ходьбы и бега, в упражнениях с предметами, особенно с мячом.

Ловкость, сила, быстрота, выносливость – вот те двигательные качества, которые необходимо развивать у дошкольников. Недопустимы перегрузки организма ребенка упражнениями, связанными с большими силовыми напряжениями и утомлениями [13].

Главная задача физической активности ребенка 3-4-го года жизни – освоение новых движений, в том числе из арсенала упражнений спортивного характера. Новая черта в управлении двигательной активностью детей в этот период – постановка целей в отдельных упражнениях. Такими целями могут быть: пробежать быстро, метнуть далеко, попасть мячом в мишень, далеко прыгнуть, точно воспроизвести движение, быстро отреагировать на команду.

Для усвоения программного содержания занятий детьми необходимо продумать и обеспечить следующую логическую цепочку приёмов:

1. Точно определить «дозу» программного материала в соответствии с принципами обучения, возрастными и индивидуальными возможностями детей, т.е. запрограммировать определённый результат обучения;

2. Уметь трансформировать задачу педагога в задачу для ребёнка, поставив её интересно, чётко, конкретно, с учётом возраста;

3. Выбрать приёмы обучения (наглядные, словесные, практические, творческие задания) в зависимости от этапа обучения тому или иному

движению, а также наиболее оптимальные пособия, место, тип и форму занятия;

4. Создать условия для многократного повторения движения;

5. Обеспечить оценку двигательных умений детей (в младших группах – общая похвала) [25].

Программируя нагрузку, следует предусмотреть увеличение пульса на 15-20% в вводной части; на 40-70% – в конце основной (пик нагрузки). К концу занятия пульс должен вернуться почти до исходных величин. Если в течение трёх минут после пика нагрузки пульс не восстанавливается, нагрузка трактуется как завышенная, небезопасная для организма. Низкие нагрузки не дают оздоровительного эффекта.

Каждое физкультурное занятие несёт в себе определённую «оздоровительную дозу» в виде физической нагрузки. Пользу даёт только та нагрузка, которую можно назвать оптимальной, т.е. физиологически обоснованной. Для обеспечения оптимальной физической нагрузки следует:

1. Запрограммировать её объём и распределение с учётом возраста детей, их здоровья, физической подготовленности.

Если воспитатель знает приблизительно обычный пульс своей группы, он может предвидеть нагрузку в более конкретных цифрах в каждой части занятия. Важно учитывать индивидуальные возможности каждого ребёнка. Недопустимы как чрезмерная, так и недостаточная нагрузки: одна вызывает переутомление, другая – не даёт тренировочного эффекта. И та и другая снижают результативность занятия в целом.

2. Для каждой части занятия подбираются специфические физические упражнения: подготавливающие и разминочные в вводной; обучающие и тренирующие в основной; восстанавливающие в заключительной. Упражнения подбираются по анатомическому признаку, интенсивности, сложности и т.д.

3. К специальным приёмам повышения физической нагрузки относятся: увеличение площади, количества повторений упражнений, их интенсивности,

амплитуды, внесения дополнительных пособий, усложнение правил, заданий [15].

Основные группы приёмов повышения двигательной активности детей на занятии:

1. Чёткость, краткость речи воспитателя;

2. Использование наиболее рационального способа организации детей (поточный, фронтальный, групповой);

3. Многократное повторение движений;

4. Эффективное использование физкультурного оборудования (можно использовать один вид пособия, достаточного по количеству; расставить оборудование до занятия, если позволяют условия; привлечь детей к его расстановке и т.д.) [27].

Преобладающей формой занятий останется игра, но все в большей мере необходимо использовать и классические формы тренировки с многократным повторением, заучиванием элементов движений и их связок.

На занятии используются преимущественно те формы работы, которые позволяют упражнять сразу возможно большее количество детей, конечно, в тех случаях, когда это позволяет характер движений.

Необходимо показывать и объяснять задание в групповых упражнениях всем детям сразу, приучая их выслушивать объяснение до конца, не суетиться, начинать движение всем вместе по разрешению; окончив упражнение, ждать следующего сигнала.

Перед повторением упражнения при необходимости педагог снова объясняет и показывает его, останавливаясь на тех моментах, которые вызвали затруднения у большинства. Не надо добиваться полного сходства движений детей с образцом, так как в этом возрасте ребёнок может повторять их лишь в общих чертах.

Наибольшие организационные трудности вызывают упражнения в равновесии (на пособиях), влезание и метании в цель.

Организуя упражнения, в которых одновременно может участвовать два и более детей, педагог должен продумать такую расстановку детей, чтобы все могли наблюдать за выполнением. По ходу упражнений педагог разговаривает с детьми, дополнительно поясняя упражнение и поддерживая интерес к нему [12].

Организуя упражнения, педагог учитывает, что у детей этого возраста не так ярко выражено стремление к последовательным действиям, связанным единым игровым содержанием.

Необходимо следить за тем, чтобы дети проделывали упражнения с определённым напряжением. Только в этом случае упражнения будут способствовать развитию ловкости, быстроты, выносливости, силы, гибкости и других двигательных качеств.

Занятия с наиболее сложными для детей заданиями можно повторять через 1,5-2 месяца. В этом случае целесообразно основываться на повторении упражнений в основных видах движений. Можно вносить некоторые изменения в вводную и заключительную части занятия. Важно, чтобы вводная часть занятий была разнообразной и эмоционально насыщенной [26].

Таким образом, занятия физическими упражнениями с детьми младшего дошкольного возраста осуществляется на основе соблюдения общих принципов физического воспитания, однако основной регламентирующей функцией всего процесса является принцип индивидуализации, который предполагает обязательный учет возрастных изменений на занятиях физическими упражнениями.

1.3 Методика обучения дошкольников элементам спортивных игр

В классификационной иерархии игр для детей дошкольного возраста спортивные игры занимают самую высокую позицию. Это обусловлено тем, что по технической, тактической и двигательной характеристикам игры с элементами спорта являются наиболее сложными, и требуют особого подхода к их первоначальному разучиванию. В практике физического воспитания

сложилось мнение, что дети 3-4 лет в силу недостаточности двигательного опыта в основных движениях не только не осваивают технические элементы спортивной игры, но и теряют всякий интерес к занятиям [15, 23]. Это дает основание утверждать, что процесс обучения спортивным играм в младшем дошкольном возрасте малоэффективен и практически невозможен. При этом в «Программу воспитания в детском саду» действия с мячом включены начиная со второго года жизни. Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от группы к группе за счет введения дополнительных заданий, а также новых способов выполнения. Однако практика выдвигает требования в организации занятий с данной группой детей по футболу, поэтому возникает необходимость изучения условий для осуществления этой задачи. Рассмотрим основные направления в этой работе.

В обучении таким сложным видам двигательной деятельности, как спортивным играм, находят отражение оптимальные условия для реализации принципа природосообразности и адекватности особенностям психического развития ребенка. По мнению Л.С. Выготского любые психические функции формируются первоначально преимущественно в коллективно распределенной деятельности и только затем становятся достоянием личности, интериоризуются, выражаются в индивидуальной форме деятельности [17].

Психологи сделали вывод, что коллективная деятельность в обучении должна во многих случаях предшествовать индивидуальной, что именно сопоставимость, состязательность, диалог и другие атрибуты совместной деятельности порождают рассуждения, оценки, эмоциональные реакции и прочее проявления личности. Наличие продуктивного коллективного взаимодействия в спортивных играх считается одним из оснований для обучения младших дошкольников элементам этих игр, хотя традиционно считается, что эти игры доступны лишь в старшем дошкольном возрасте. Но давайте обратимся к особенностям психомоторного развития младшего дошкольника. Дети в возрасте 3-4 лет проходят нелегкий путь накопления жизненно важных движений. В этом возрасте они достаточно подвижны,

свободно перемещаются в пространстве, исчезает неуклюжесть, характерные для детей 2 лет. Разнообразие двигательной сферы детей этого возраста проявляется в свободных движениях и игре. Дети на короткое время могут сдерживать свои желания и действия, для них характерна активная направленность на выполнение действий без помощи взрослого.

В этот период они постепенно переходят от одиночных игр и игр «рядом» к простейшим формам совместной игровой деятельности. Внимание детей становится более сосредоточенным и устойчивым, ребенок способен сравнивать наблюдаемые предметы и явления, устанавливать простейшие связи между ними, обобщать их по сходным признакам.

Ребенка интересуют изменения, которые происходят в результате выполнения тех или иных действий в играх с элементами спорта. Причиной, побуждающей интерес детей к играм с элементами спорта, являются, прежде всего, игры старших ребят, которые они наблюдают на прогулке, игровые действия взрослых. Это лишний раз подчеркивает необходимость использования игр с элементами спорта в системе физического воспитания младших дошкольников. Целенаправленная педагогическая деятельность по обучению малышей этим играм должна строиться на учете своеобразия и особенностей развития ребенка в этом возрасте.

Методические основы построения технологий первоначального обучения детей спортивным играм и упражнениям раскрываются в ряде исследований [13, 19, 22]. В результате многолетней опытно-экспериментальной работы были разработаны алгоритмы обучения, выраженные в систематезированном по задачам и этапам обучения, педагогическом процессе применения опорных, подводящих и подготовительных упражнений. В рамках классической теории и методики обучения двигательным действиям детей на основе использования технологий была разработана и предложена следующая схема начального разучивания технических элементов спортивных игр:

1. Знакомство со спортивной игрой в целом посредством использования методов слова и наглядности.

2. Разучивание наиболее простых технических приемов с помощью их выделения из сложного сочетания специальных действий и движений, являющихся особенностью изучаемой спортивной игры.

3. Углубленное разучивание простых движений спортивной игры. Тренировка их до уровня навыка и освоение элементарных связок и комбинаций.

4. Совершенствование простых комбинационных действий и спортивно-игровых движений с использованием методов частичного регламентированного упражнения.

5. Совершенствование основных технических приемов, характерных для изучаемой игры, с использованием игрового и соревновательного методов.

6. Первоначальное разучивание элементарной тактической схемы игры по упрощенным правилам.

7. Совершенствование игры через развитие интереса к ней [24].

Мы считаем, что на данной возрастной ступени необходимо делать акцент на обучение посредством игры и строить процесс обучения на основе адаптированных для возможностей ребенка 3-4 лет подвижных игр с элементами спорта. Индивидуальные возможности детей могут стимулировать через процесс обучения, подчиненный логике игры: игра – подводящая игра – специальная игра. Игровые задания, упражнения в игровой форме придают обучению положительную эмоциональную окраску, делают процесс обучения двигательным действиям, развития двигательных способностей более привлекательным. Безусловно, участвуя в играх с элементами спорта, дети могут переживать и отрицательные эмоции.

Ведущее место в процессе обучения играм с элементами спорта отводится методу имитации, так как подражательность, легкая внушаемость характерные основные особенности нервно-психического развития дошкольника. Одно из условий успешного обучения играм с элементами спорта, многократное, совместное с воспитателями и всеми детьми повторение действий при условии

частой смены работы и отдыха. Каждый ребенок выполняет задание рядом и вместе с другими детьми, реализуя при этом свои возможности [26].

Воображаемые ситуации на занятиях по обучению играм с элементами спорта (путешествие в город мячей, волшебные зонтики, в гостях у солнышка) помогают сделать для ребенка задания интересными. Он не просто манипулирует с ракеткой, а превращает ее в руль, колесо, ключ, зонтик. Изобразительные движения способствуют развитию «чувства» ракетки, «чувства» мяча, делают движения выразительными, точными, координированными. Большое значение при реализации игровой программы придается активности самого ребенка, его инициативе и самостоятельности во время занятий. Поэтому мы старались максимально приблизить к пониманию ребенка содержание игр. Такие игры, как «Мячи-шалунишки», «Ловкие ножки», «Гонка шариков», «Зонтики» позволяют детям освоить простейшие поисковые ситуации, понять смысл выполняемых ребенком движений становится, которые становятся понятными ребенку и близкими. Тогда дети не просто управляют битой, ракеткой, воланом, шариком, они ищут способ решения двигательной задачи: прокатить вокруг обруча, догнать, не потерять. Таким образом, игры с элементами спорта являются не только эмоциональным воплощением процесса выполнения, но и достижения результатов [7, 11].

Во время игр эмоции активизируют многие функции организма. Дети попадают в особый мир отношений, переживаний, сосредотачивают внимание на новых объектах, переключают психическую деятельность и создают разрядку, смену напряжений. Младший дошкольник учится добиваться успеха. Таким образом, обучение младших дошкольников играм с элементами спорта предъявляет ребенку требования, адекватные его возможностям и в определенной степени дает установку опережающего развития и является условием для полноценного гармоничного развития личности каждого ребенка.

Таким образом, использование спортивных игр в практике физического воспитания детей имеет свои сложности, прежде всего обусловленные неготовностью детского организма к освоение такого вида нагрузки и

технической сложности движений. В связи с этим процесс обучения спортивной игре, в частности футболу, требует от инструктора или тренера переработки всего содержания средств и методов обучения с учетом возраста детей.

ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Методы исследования

Для решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования:

1. Анализ и систематизация литературных данных.
2. Педагогические наблюдения за проведением занятий по футболу.
3. Методы оценки владения двигательными умениями.
4. Методы математической обработки результатов.

Анализ и систематизация литературных данных позволили составить представление о состоянии вопроса в современной системе организации физического воспитания младших дошкольников, планирования и проведения занятий по футболу с детьми 3-4 лет; обобщить имеющиеся в литературе сведения по исследуемой проблеме; изучить теоретические основы использования средств футбола в решении задач общей физической подготовки школьников и обучения двигательным умениям и навыкам; определить специфику подбора средств, адекватных решаемым дидактическим задачам на занятиях футболом с детьми данного возраста и возрастным особенностям детей младшего дошкольного возраста. Итоги изучения литературных источников положены в основу всей работы.

Педагогические наблюдения за занятиями с детьми младшего дошкольного возраста футболом были направлены на всестороннее изучение эффективности применяемых методов, средств и подходов к обучению детей игре футбол. Педагогическое наблюдение как метод исследования дает возможность на практике найти пути применения, собранного и проанализированного теоретического материала, и практических результатов достижения других педагогов. Педагогические наблюдения в решении задач нашего исследования дает широкие возможности на пути решения таких вопросов как организационно-педагогические условия занятий с детьми 3-4 лет футболом.

Методы оценки владения двигательными умениями.

1. Методика обследования техники перемещений по полю. (разработанная НИИ лаборатории физического воспитания г. Москвы под руководством И.А. Аршавского) [5]. В футболе используются следующие виды перемещений: обычный бег, бег спиной вперед, скрестным шагом, приставным шагом. Приемы и способы техники передвижения находятся в тесной взаимосвязи с искусством владения мячом полевыми игроками и вратарем. Целесообразное и комплексное применение приемов техники передвижения позволяет эффективно решать многие тактические задачи (открывание для получения мяча и отвлечения противника, выбор позиции, закрывание игрока и т.д.). Обследуется навыки перемещений бег на дистанцию 20м (II младшая группа), 30м (средняя, старшая, подготовительная группа), при этом фиксируется время пробегания дистанции и отмечается качественные особенности бега. На участке д/с выбирается прямая асфальтированная дорожка шириной 2-3м. Длина дорожки должна быть не менее 40м. Небольшое пространство выделяется перед стартом (2м) и после финишной линии (5-7м). Линия старта отмечается поперечной, хорошо видной полосой. На расстоянии 1м до нее наносится линия для детей, вызванных к месту старта. У линии поставить скамейку для ожидающих детей или игрушек, одежды. Линия финиша наносится сбоку короткой чертой. За линией финиша на расстоянии 5м устанавливается хорошо видимый с линии старта ориентир. Расположение линий должно быть против солнца (таблица 3).

Таблица 3 – Качественная показатели перемещений в футболе у детей младшего дошкольного возраста

Качественные показатели бега	Оценка
Обычный бег	
1. Естественное, с небольшим наклоном вперед, плечи не поднимаются.	1
2. Туловище наклонено более заметно, боковое раскачивание туловища. Движения одной рукой перед собой в боковом направлении	0,5

Продолжение таблицы

3. Туловище чрезмерно напряжено, голова опущена.	0
Бег спиной вперед:	
1. Естественные, свободные движения руками, согнутыми в локтях, согласованы с движениями ног. Допускаются малоактивные неэнергичные движения рук. Ребенок в большей части дистанции бежит спиной вперед	1
2. Ребенок бежит, туловище немного отклонено назад, но часто останавливается и спотыкается, путаясь в ногах	0,5
3. Несогласованные движения рук и ног, руки опущены. Ребенок больше «идет», чем «бежит» и смотрит назад через плечо. Может остановиться	0
Бег скрестным шагом.	
1. Бег легкий, с выраженной гладкостью движений и координированностью движений ног	1
2. Бег недостаточно легкий, скорость снижена, не сохраняется до конца дистанции.	0,5
3. Бег больше напоминает ходьбу, выполняется медленно, ребенок думает над каждым движением.	0
Бег приставным шагом:	
1. Прямолинейный бег приставным шагом без заметных отклонений в стороны.	1
2. Прямолинейный бег, немного снижена скорость, может наблюдаться выпрыгивание вверх.	0,5
3. Непрямолинейный бег, значительные отклонения от заданного направления вправо или влево.	0

Качественная характеристика выполнения основных движений детьми раннего возраста оценивается следующим образом (таблица 4):

Таблица 4 – Качественная характеристика выполнения основных движений детьми младшего дошкольного возраста

Основные виды движений	Отлично Высокий уровень 6-4,5 балла	Хорошо Средний уровень 4-2,5 балла	Удовлетворительно Низкий уровень 2-0,5
Бег	Хорошая координация движений рук и ног, правильная осанка, мягкая постановка ног на опору, наблюдается фаза полета	Все то же, но жесткая постановка стопы на опору	Нет координации движении между руками и ногами

Уровень владения двигательными действиями определяет уровень развития физических качеств. Для оценки уровня развития физических качеств мы использовали таблицу результатов (таблица 5).

Таблица 5 − Показатели бега: быстрота (сек)

возраст	уровни		
	низкий	средний	высокий
3 года	8,1 и больше	8-6,1	6 и меньше
4 года	10,6 и больше	10,5-8,6	8,5 и меньше

2. Методика обследования прыжка в длину с места. (разработанная НИИ лаборатории физического воспитания г. Москвы под руководством И.А. Аршавского). Используя прыжки в игре в футбол, спортсмены выполняют некоторые приемы остановок и поворотов. Прыжки входят составной частью в технику отдельных способов ударов по мячу, остановок мяча ногой, грудью, головой и некоторых финтов. Всем прыжкам свойственны фазы отталкивания, полета и приземления. Различают два приема прыжков: толчком одной и двумя ногами. Обследование прыжков с места проводится с целью выявления скоростно-силовых качеств. Результаты прыжков служат также показателями прыгучести, отражает состояние общей координированности движений и развития мышц ног. По количественным и качественным показателям прыжков можно судить о степени сформированности самого движения у детей разных групп. Прыжок выполняется в заполненную песком яму для прыжков или на взрыхленный грунт (площадью 1х2м), при неблагоприятных условиях можно проводить в помещении. Для этого может быть использована ковровая дорожка, перевернутая ворсом вниз. На расстоянии 30-35см от одного конца ее мелом наносится линии, от которой дети должны прыгать (таблица 6).

Таблица 6 – Качественные показатели прыжка в длину с места

Качественные показатели прыжка в длину с места	Оценка
Подготовка к прыжку:	
1. Ноги слегка расставлены и согнуты в коленях, туловище немного наклонено вперед, руки в меру отведены назад.	1

Продолжение таблицы

2. Ноги вместе, мало согнуты, руки опущены.	0,5
3. Ноги почти прямые, корпус наклонен вперед, руки опущены или сильно отведены назад-вверх.	0
Отталкивание:	
1. Энергичный толчок одновременно обеими ногами, взмах руками вперед-вверх в момент отталкивания.	1
2. Толчок слабый, вялый взмах руками.	0,5
3. Неодновременный толчок обеими ногами, отсутствие согласованных движений рук и ног, отсутствие взмаха.	0
Полет.	
1. В начале полета ноги согнуты, пред приземлением выносятся вперед.	1
2. Ноги недостаточно выносятся вперед.	0,5
3. Нарушение в координации движении: ноги врозь, в шаге и т. д.	0
Приземление:	
1. Мягкое приземление одновременно на обе ноги с перекатом с пятки на носок, естественными движениями руками, сохранение равновесия.	1
2. Руки остаются сзади, приземление на всю стопу, сохранение равновесия.	0,5
3. Приземление на прямые ноги, неодновременная постановка стоп, падение.	0

Качественная характеристика выполнения прыжка в длину с места детьми раннего возраста оценивается следующим образом (таблица 7):

Таблица 7 – Качественная характеристика выполнения прыжка в длину с места детьми младшего дошкольного возраста

Основные виды движений	Отлично Высокий уровень 6-4,5 балла	Хорошо Средний уровень 4-2,5 балла	Удовлетворительно Низкий уровень 2-0,5
Прыжки с места	Приседание и небольшое отведение рук назад, отталкивание ногами и момент полета, мягкое приземление на носки с переходом на всю стопу	То же, но жесткое приземление сразу на всю стопу	Нет одновременного отталкивания двумя ногами, а как бы шагает веред в жестком приземлении на всю стону

Для оценки развития скоростно-силовых способностей использовались показатели, которые представлены в таблице 8.

Таблица 8 − Показатели прыжка в длину с места: скоростно-силовые качества (см)

возраст	уровни		
	низкий	средний	высокий
3 года	10-25	26-49	50 и выше
4 года	20-35	36-69	70 и выше

3. Методика обследования уровня владения мячом. (разработана А.И. Смирновой) [22]. Место проведения: физкультурный зал. Предварительная работа: иметь протокол обследования со списком детей группы, мячи диаметром 10-15 см. для обследования действий с мячом в движении необходимо предварительно разметить пол поперечными линиями через каждый метр, поставить порядковые цифры. Короткими линиями отметить полуметровые расстояния. Место, откуда ребенок начинает движение, отметить двумя линиями с расстоянием 20-30см, заштриховать (таблица 9).

Таблица 9 – Качественные показатели владения мячом

Качественные показатели владения мячом	Оценка
Удар по мячу.	
1. Энергично отбивает мяч ногой, регулируя направление полета, правильная постановка стопы	1
2. Чередует энергичные удары со слабыми, приостанавливается («чистит» ногами) перед ударом; не всегда могут задать направление мяча; откидываются назад во время удара	0,5
3. Удар начинает раньше, чем подошел к мячу; не попадает по мячу; удар пальцами	0
Остановка мяча	
1. Останавливает мяч после его движения носком стопы	1
2. Запаздывает остановкой мяча, тянется за ним.	0,5
3. При остановке запаздывает, бежит за мячом, пытаясь наступить на него всей стопой	0

Продолжение таблицы

Удар по мячу во время его движения	
1. Регулирует высоту отбивания мяча, включая в работу голень и бедро	1
2. Попадает точно, но удар слабый из-за нескоординированности движений	0,5
3. При отбивании не наклоняется, не делает замах ногой, бьёт пальцами стопы.	0
Ведение мяча в движении (подъемом стопы)	
1. Ведет мяч не снижая скорости, точно и ритмично направляет его в цель	1
2.Не успевает за скоростью мяча	0,5
3. Бьет по мячу расслабленной ногой. Продвигается медленно, останавливается определяя цель. Бьет пальцами стопы	0

Качественная характеристика выполнения ведения мяча ногой детьми раннего возраста оценивается следующим образом (таблица 10):

Таблица 10 – Качественная характеристика выполнения основных движений детьми младшего дошкольного возраста

Основные виды движений	Отлично Высокий уровень 6-4,5 балла	Хорошо Средний уровень 4-2,5 балла	Удовлетворительно Низкий уровень 2-0,5
Владение мячом	Хорошая координация движений рук и ног, правильная осанка, мягкая постановка ног на опору, точность удара по мячу	Все то ж, но жесткая постановка стопы на опору, не попадание по мячу	Нет координации движении между руками и ногами, мяч

При освоении техники ведения мяча развивалась координация движений. Для этого мы измерили точность ударов по мячу при попадании в цель (таблица 11).

Таблица 11 - Показатели уровня владения мячом: координация (раз, метр).

возраст	Уровни		
	низкий	средний	высокий
3 года	0-2	3-4	5 раз и выше
4 года	0-3	4-5	6 раз и выше

4. Методы математической обработки результатов. Данные методы позволяют оценить полученные результаты и дать им количественную оценку. Для обработки и интерпретации полученных во время исследования данных, использовались общепринятые методы математической статистики.

Статистическая обработка полученных в ходе эксперимента данных проводилась с помощью методов первичной и вторичной статистической обработки. К первичным методам, используемых нами, относятся определение среднего арифметического значения. Вторичными методами статистической обработки является метод углового преобразования Фишера – критерий φ. Это критерий предназначен для сопоставления двух выборок по частоте встречаемости интересующего исследователя эффекта. Критерий оценивает достоверность различий между процентными долями двух выборок, в которых зарегистрирован интересующий нас эффект.

2.2 Организация исследования

В футбольной школе Звезда» в течение года (сентябрь 2017г. – май 2018г.) разрабатывались организация и содержание занятий по футболу с детьми 3-4 лет, учитывающих особенности работы с детьми с младшим дошкольным возрастом.

Исследования проводилось с октября 2017г. по май 2018 г.

На первом этапе (сентябрь-октябрь 2017 г.) осуществлялся анализ научной литературы по проблеме исследования, на основе которого была обозначена актуальность работы и уровень разработанность данного вопроса в теории и методике физического воспитания детей младшего дошкольного возраста, занимающихся футболом, определены цель и задачи исследования.

Подбиралась литература, соответствующая теме исследования.

На втором этапе (ноябрь 2017г. – апрель 2017г.) было проведено изучение проблемы. Важную задачу исследования составил вопрос изученности механизмов реагирования и проявления реакций на физические упражнения спортивного характера, проводимые с детьми младшего дошкольного возраста. Разрабатывалось содержание занятий с детьми футболом с учетом их возрастных особенностей.

На третьем этапе (апрель-май 2018 г.) были обобщены полученные данные и закончено литературное оформление выпускной квалификационной работы.

В исследовании приняли участие 10 детей: 7 детей составили ЭГ (экспериментальная группа, n=7), занимающаяся в футбольной школе «Звезда» и 10 детей – КГ (контрольная группа, n=10), занимающаяся в центре начальной подготовки футболистов Д. Градиленко.

ГЛАВА 3. МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ФУТБОЛОМ С ДЕТЬМИ 3-4 ЛЕТ И АНАЛИЗ ЕЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ

3.1 Организационно-педагогические условия проведения занятий футболом с детьми младшего дошкольного возраста

Организация занятий футболом с детьми младшего дошкольного возраста требует, по нашему мнению, соблюдения ряда условий. Рассмотрим их.

Наша работа была посвящена изучению состояния вопроса относительно тенденций развития отечественного футбола. В результате анализа литературных источников было установлено:

- *современный футбол по-прежнему имеет высокую популярность среди всех слоев населения, невзирая на пол и возраст, социальное положение и вероисповедание* [6, 17, 22]*;*

- *в последнее время в отечественном футболе достаточно четко определилось стремление к возрождению и дальнейшему развитию детско-юношеского футбола* [11, 23]*;*

- *появились новые, нетрадиционные взгляды на подходы к построению учебно-тренировочного процесса подготовки юных футболистов и снижение возрастного ценза, набора в подготовительные группы детей дошкольного возраста. Многие специалисты предлагают использовать футбол в системе физического воспитания дошкольников. Но данные предложения строятся на основе логических заключений. Как это будет выглядеть в реальных условиях тренировочного процесса, пока неизвестно;*

- *по мнению ученых и ведущих специалистов, в детском футболе, с выходом на дошкольный возраст, образовалась актуальная и очень важная проблема, связанная с необходимостью обеспечения требуемого качества профессиональной подготовки тренеров, работающих с данным возрастным контингентом.*

Обобщая все вышесказанное, можно сделать вывод, что тенденции омоложения в современном спорте привели к тому, что во многих его видах, в

том числе и в футболе, возрастной ценз при наборе в группы начальной подготовки снизился до младшего дошкольного возраста. Данный период жизни является весьма своеобразным и значимым, связан с многочисленными рисками, имеет свои собственные особенности. Данное обстоятельство является первопричиной образования выше представленных причин и указывает на необходимость незамедлительного их решения [14].

Рассмотрим условия, которые на наш взгляд влияют на эффективность занятий футболом с детьми 3-4 лет:

- *огромное влияние родителей на детей во время занятий, дилетантские действия которых чаще идут во вред, а не во благо, нельзя оставлять без внимания. Наиболее предпочтительным способом урегулирования данной ситуации, по нашему предположению, может быть организация созидательного взаимодействия тренера с родителями, нацеленного на достижение единой цели в виде планируемого спортивного результата.*

Основная идея оптимизации участия родителей в учебно-тренировочном процессе заключается в придании разобщенности организованных форм в виде социальной группы, с признаками коллектива. Целенаправленная работа тренера с родителями базируется на основе преобразования их статуса и соответственно их роли в этом процессе. Разумно организованная просветительская деятельность способствует достижению поставленной цели: меняется у родителей восприятие и отношение к учебно-тренировочному процессу и тренеру; наблюдается их самоорганизация и самоконтроль; происходит поэтапное формирование коллектива; формируется коллективная активность и ответственность; стабилизируется позитивная обстановка и эмоциональная атмосфера на учебно-тренировочных занятиях; дети избавляются от двойного воздействия (рисунок 1).

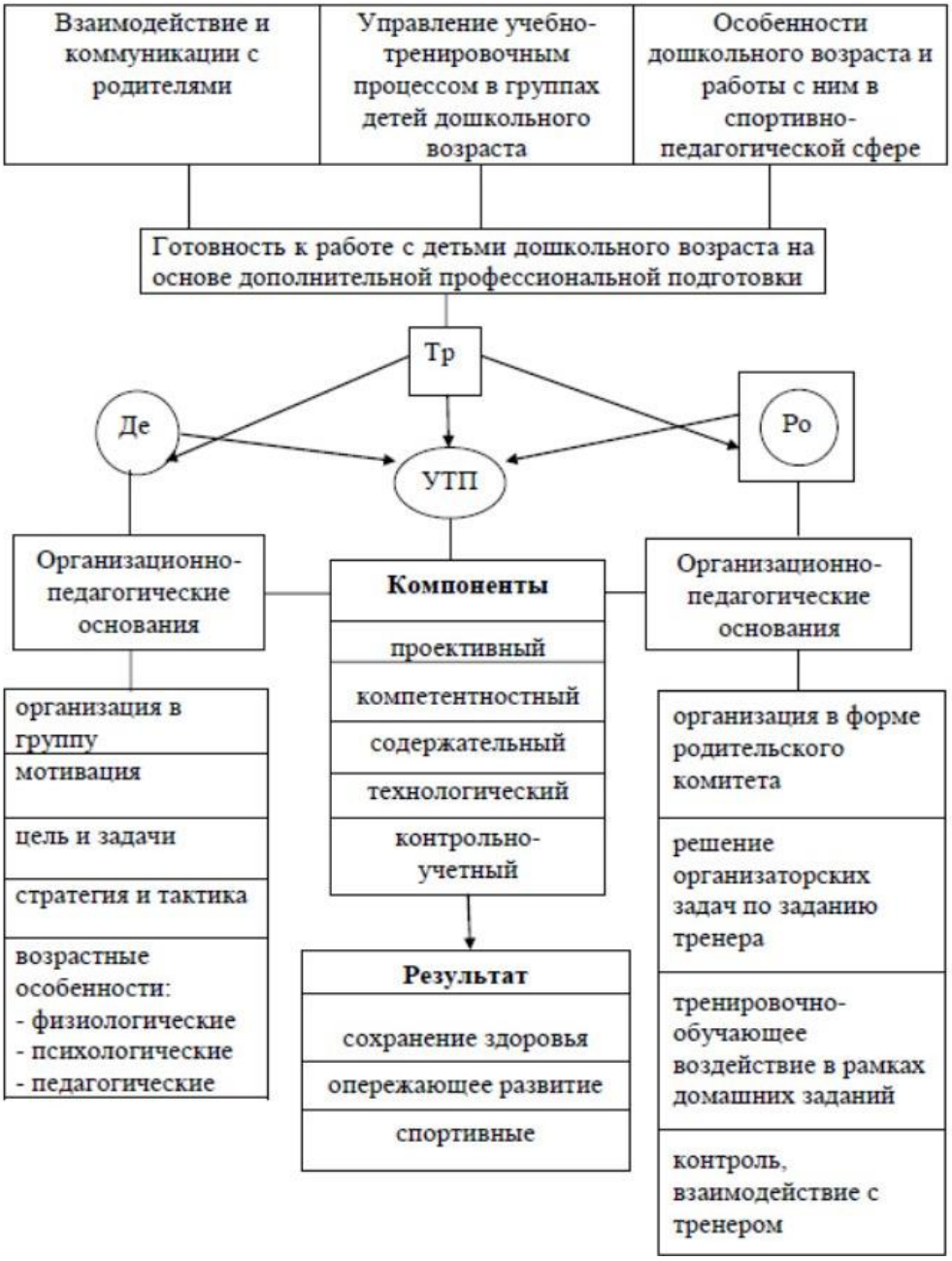

Рисунок 1 − Модель управления учебно-тренировочным процессом в группах детей дошкольного возраста по футболу

В нашей методике занятий с детьми 3-4 лет есть два основных убеждения, которые применяются на каждом занятии и на которые должны быть ориентированы родители:

1. «Заинтересовывать, а не заставлять». В работе с детьми этот принцип является единственным верным. Обучение футболу должно происходить в форме игры, т.к. в этом случае детям прививается положительное отношение к спорту и движению в целом, чтобы они всегда оставались здоровыми и

активными на протяжении всей жизни. А это возможно только когда ребенок чувствует радость от проведенного занятия и приложенных усилий. Родители, соблюдая данный принцип должны ориентировать на потребности ребенка, его склонности и интерес, поскольку эффективность занятий обеспечивает не только тренер, но и родители, которые понимают свое ребенка, ставят его желания во главу угла.

2. «Футбол есть образование». Футбол может быть образовательной средой для развития ребенка, т. к. тренировка в правильном направлении не только помогает развиваться физически, но и может стимулировать творческий подход, воображение, сообразительность и положительное отношение к обучению и играм в команде. Этот подход помогает развиваться в глобальном масштабе и привлекать все больше и больше детей к спорту и здоровому образу жизни. Понимание родителями этого условия дает возможность понимать им, что процесс занятий футболом развивает в ребенке личность, его интересы, способствует физическому развитию и т.д., т.е. занятия – это не только физическое развитие и техническая подготовка.

Самым ключевым на наш взгляд условием является то, что *занятия футболом в младшем дошкольном возрасте не должны противоречить требованиям, предъявляемым к нагрузкам, влияющим на развитие и общее состояние здоровья данного возраста*.

В процессе обучения дошкольников футболу работа над его общим и физическим развитием ведется в 4 направлениях:

1. Физическая подготовка.
2. Техническая подготовка: обучение футбольным элементам.
3. Социализация.
4. Психологическая подготовка.

Возрастные особенности развития детей данного возраста учитываются при работе с основными направлениями, на базе которых составлены принципы проведения тренировок по футболу для дошкольников.

Одними из самых важных направлений развития детей – физическая и техническая подготовка. Опираясь на эти направления наша работа с детьми на занятиях будет направлена на:

1. Знакомство детей с названием и особенностями игры в футбол (играем с мячом ногами).

2. Формирование элементарных для футбола действий с мячом (удары по неподвижному мячу ногой, остановка движущегося мяча, ведение, удар по воротам).

3. Воспитание интереса к действиям с мячом, желания играть вдвоем, втроем.

4. Развитие координационных способностей, ловкости, глазомера.

5. В процессе овладения действий с мячом совершенствование техники ходьбы, бега, владения мячом и др.

В результате формируется следующая логическая цепочка методических приёмов:

1. Точно определить «дозу» программного материала в соответствии с принципами обучения, возрастными и индивидуальными возможностями детей, т.е. запрограммировать определённый результат обучения;

2. Уметь трансформировать задачу педагога в задачу для ребёнка, поставив её интересно, чётко, конкретно, с учётом возраста;

3. Выбрать приёмы обучения (наглядные, словесные, практические, творческие задания) в зависимости от этапа обучения тому или иному движению, а также наиболее оптимальные пособия, место, тип и форму занятия;

4. Создать условия для многократного повторения движения;

5. Обеспечить оценку двигательных умений детей (в младших группах – общая похвала).

При этом нужно учитывать, что каждое спортивно-оздоровительное занятие несёт в себе определённую «оздоровительную дозу» в виде физической нагрузки. Пользу даёт только та нагрузка, которую можно назвать

оптимальной, т.е. физиологически обоснованной. Для обеспечения оптимальной физической нагрузки следует:

1. Запрограммировать объём и распределение нагрузки с учётом возраста детей, их здоровья, физической подготовленности. Важно учитывать индивидуальные возможности каждого ребёнка. Недопустимы как чрезмерная, так и недостаточная нагрузки: одна вызывает переутомление, другая – не даёт тренировочного эффекта. И та и другая снижают результативность занятия в целом.

2. Для каждой части занятия подбираются физические упражнения, которые решают подготовительные задачи в вводной части занятия; обучающие и тренирующие задачи в основной части; восстанавливающие в заключительной. Упражнения подбираются по анатомическому признаку, интенсивности, сложности и т.д.

3. К специальным приёмам повышения физической нагрузки относятся: увеличение площади, количества повторений упражнений, их интенсивности, амплитуды, внесения дополнительных пособий, усложнение правил, заданий.

Опираясь на знания об особенностях обучения детей, развития их нервной и психической деятельности занятия должны быть направлены на повышение двигательной активности, формировать интерес и поддерживать его. В результате основные группы приёмов повышения двигательной активности детей на занятии характеризуются следующим:

1. Чёткость, краткость речи тренера;

2. Использование наиболее рационального способа организации детей (поточный, фронтальный, групповой);

3. Многократное повторение движений;

4. Эффективное использование физкультурного оборудования (можно использовать один вид пособия, достаточного по количеству; расставить оборудование до занятия, если позволяют условия; привлечь детей к его расстановке и т.д.).

Основным методом на занятиях является игра. Через игры ребенок познает мир и приобретает определенные физические навыки, а при помощи упражнений с мячом и познания игры в футбол получает техническую подготовку. Рассмотрим некоторые подвижные игры, используемые на занятиях с детьми 3-4 лет:

– *«Ударь, не глядя»*. Это упражнение нужно для того, чтобы научить юных футболистов ударам по мячу и развить восприятие «чувство мяча». Тренер впереди кладет мяч на расстоянии 2-3 м, ребенку завязывают глаза повязкой, он должен подойти к мячу и ударить по нему ногой. Можно чередовать удары правой и левой ногой. Если удар по мячу был неудачным, то можно предложить этому же ребенку повторить задание с открытыми глазами, потом повторить опять с повязкой.

– *«Пробеги с мячом»*. В этом упражнении у детей можно развить быстроту передвижений. Каждый играющий получает мяч и становится с ним на одной стороне площадки. По сигналу тренера все дружно устремляются вперед и, отбивая мяч ногами, перебегают через площадку. Стараются при этом не отпускать мяч от себя далеко. Можно передвигаться, оббегая по восьмерке лежащие на полу предметы. Побеждает тот, кто быстрее выполнит задание.

– *«Сумей выбить мяч»*. В спортивной секции этим упражнением можно научить наносить удары по мячу и защитным действиям. Дети становятся в круг, в центре – водящий с мячом. Его задача выбить мяч из круга ногами, остальные ребята мешают ему это сделать. Тренер варьирует расстояние между играющими и диаметром круга. Брать мяч в руки не разрешается, его можно отбивать только ногами. Тот, кто пропустит, становится водящим.

– *«В парах»*. Выполняя данное упражнение, дети учится наносить удары по мячу разными способами и принимать его, также им прививаются навыки групповых действий. Футболисты становятся парами и перекатывают мяч друг другу. Побеждает пара, лучше всех выполняющая задание. Они должны отбивать мяч то правой, то левой ногой и постепенно удаляться друг от друга (до 5 м).

– *«Мяч в кругу»*. Благодаря этой игре в футбольной секции детей научат еще лучше наносить удары по мячу разными способами и принимать его. Небольшая группа располагается по кругу, в середину круга входит водящий с мячом. Ударяя несильно ногой по мячу, водящий по очереди прокатывает его к игрокам, стоящим по кругу. Каждый из них ногой задерживает и возвращает ему мяч. Потом можно варьировать расстояние между играющими. Проигрывает тот, кто пропустил мяч.

– *«Задержи мяч»*. Дети научатся выполнять функции защитников и нападающих в футболе. По кругу становятся нападающие, внутри круга – защитник. Если круг большой и в игре участвует много играющих, то могут быть 2-3 защитника. Нападающие быстро отбивают ногой друг другу мяч так, чтобы он катился по земле, а защитники стараются задержать его. Если кому-нибудь из защитников это удается сделать, то он меняется местами с тем нападающим, который отбивал мяч последним.

– *«Закати мяч в лунку»*. Это упражнение учит ударам по мячу на точность. Играющие с мячами становятся полукругом, через два шага друг от друга. Впереди них на расстоянии 3м ямка-лунка. Ударяя ногой по мячу, надо прокатить его так, чтобы он закатился в лунку. Можно увеличивать расстояние до лунки до 5 м. Кто попадет в лунку с первого раза, тот и победил.

– *Забей в ворота*. Учим юных нападающих ударам по воротам разными способами. Флажками на шестах или другими метками обозначаются ворота (1-1,2 м), 3-4 играющих становятся в 5 м от линии ворот, а двое располагаются за ней. По очереди каждый из стоящих перед линией ворот забивает в ворота 3 мяча. Находящиеся за линией ворот подбирают мячи и передают их следующему. Можно провести игру, разделив детей на команды. Все повторяется несколько раз, дети по очереди то забивают, то задерживают мячи.

– *Вратарь*. Этим упражнениям в спортивной школе научат действиям вратаря и ударам по воротам разными способами. Условия игры те же, но один из играющих становится на линии ворот и защищает их. Вратарю разрешается задерживать мяч не только ногой, но и руками. Меняясь местами, все играющие

по очереди выполняют роль вратаря. Наносить удары нужно правой и левой ногой разными способами. Поставьте условие, что кто задержит большее количество мячей, – самый ловкий вратарь.

Помимо атлетических способностей требуется и мастерство владения мячом ногами. Самые основные навыки это – остановка мяча, дриблинг, удар, пас, тактическая подготовка. Каждый навык имеет много разновидностей как простых, так и сложных. Развитие того или иного навыка происходит в зависимости от возраста и физического развития ребенка. По этим показателям оценивают уровень футболиста. Выявлено, что каждый отдельный навык лучше развивается в определенном возрасте. Например, индивидуальная тактика, техника владения мячом, легче дается детям возраста 7-12 лет, а тактическая подготовка, командная игра в пас – с 12 лет. Но это не значит, что некоторые навыки выключены из тренировочного процесса. Они обязательно присутствуют, но либо в большей, либо в меньшей степени. Таким образом, дети получают общее видение картины, но с небольшим акцентом на определенные стороны развития. На занятиях могут быть использованы следующие игровые задания:

1.Упражнение «Вратарь». Ребенку дается задание: взять футбольный мяч и сильно ударить его перед собой об землю и поймать его над головой в верхней части полета. Упражнение повторяем от 5 до 20 раз.

2. Упражнение «Ведение мяча». На расстояние друг от друга расположите два конуса или фишки, расстояние зависит от возраста ребенка, это может быть и 5 метров, и 10 метров. Можно использовать палки, воткнутые в землю или детские ведерки. Мяч расположен возле одной из точек. Задача ребенка вести мяч от конуса к конусу, толкая его вправо-влево, то внешней стороной стопы, то внутренней, передвигаясь вперед. В одном направлении ведение выполнять правой ногой, в обратном левой. Взрослый считая вслух, через 4-5 раз дает команду «стоп», ребенок должен остановить мяч и после команды «вперед» продолжить движение. Если во время выполнения упражнения мяч ребенок теряет мяч (мяч укатился), то упражнение начинается с начала от фишки.

Необходимо добиться максимально быстрого ведения мяча от фишки к фишке. Можно использовать секундомер или часы, отслеживая время выполнения упражнения. Упражнение выполняется 5-6 раз.

3. Упражнение «Остановка мяча». Взрослый и ребенок находятся на небольшом расстоянии друг от друга. Мяч несильно направляется. Взрослым в сторону ребенка, тот должен остановить мяч ногой, при этом мяч не должен отскакивать от ноги и не укатываться в сторону. Остановку мяча ребенок производит внутренней, внешней стороной стопы и подошвой по очереди, сначала левой, потом правой ногой. В случаях, когда мяч не удается остановить попытка выполнения упражнения не засчитывается. Вначале мяч ребенку следует посылать несильно, а когда упражнение начнет получаться, постепенно посылайте мяч сильнее. Упражнение повторить 5-10 раз.

4. Упражнение «Передача мяча». Это упражнение повторяет предыдущее, только после остановки мяча ребенок должен отдать мяч обратно взрослому. При передаче мяча ребенок должен использовать подошву ноги, внутреннюю и внешнюю часть стопы. Упражнение повторить 5-10 раз.

Дети этого возраста, прежде всего, учатся в основном через подражание и выполнения движений. Т.к. концентрация детей на занятии невысока, не следует прерывать игры и движения для долгого объяснения чего-либо, это может привести к снижению темпа тренировки и потере внимания и концентрации детей. Например, объяснение тактической составляющей, даже самой простой, не имеет смысла – каждому навыку свое время. Это они смогут постичь в последующие годы с ростом зрелости и большей осознанности и сделают это с легкостью.

Методика и комплекс упражнений построены таким образом, что в каждом из них отрабатываются определенные элементы футбола как по-отдельности, так и в паре с элементами для общего физического развития (таблица 12).

Таблица 12 – Требования к технике выполнения упражнений

№	Элемент футбола	Основные навыки и требования
1	Ведение мяча	Касаться мяча на каждый шаг. Выполнять элемент необходимо обеими ногами. При ведении мяча уметь останавливать мяч, наступая на него.
2	Остановка мяча	Остановка катящегося мяча. Останавливать мяч подошвой или внутренней стороной стопы
3	Дриблинг	Изменение направления ведение мяча, составляющее сектор не более 90 градусов, с последующим контролем над мячом. Умение обводить фишки мячом.
4	Остановка мяча с лета	Остановка прыгающего и летящего. Не давать отскок мячу от пола, до отскока успеть его отработать
5	Удары	Опорная нога должна быть рядом с мячом. Носок бьющей ноги должен быть оттянут. Удар выполнять подъемом. Удар выполнять каждой ногой по очереди одинаковое количество раз. Важно развивать обе ноги, т.к. обычно ребенок бьет ногой, которой ему удобно.
6	Пас	Нацеленная передача мяча от одного игрока одной команды другому игроку той же команды. Передача мяча выполняется внутренней стороной стопы.
7	Жонглирование мячом	Развитие ловкости. Обучение чувству мяча.
8	Точность удара	Отработка навыков при ударе по воротам. Куда смотрит нога при ударе, туда летит и мяч («когда ты бьешь по мячу, ты его провожаешь и говоришь мячу «до свидания»).
9	Футбол (упрощенная версия)	Получить максимум положительных эмоций, т.к. эта игра в футбол может оказаться первой в жизни ребенка. Футбол должен запомниться как что-то веселое: по возможности каждый ребенок должен выиграть («Давайте забивать голы, станьте настоящей командой!»).

Тренеру важно помнить, что дети от 3 до 4 лет обладают рядом физических и психологических особенностей, характерных для этого возраста.

В каждое упражнение закладывается социализация ребенка и психологическая подготовка дошкольников: умение работать в команде и отношение к победам и поражениям. В дошкольном возрасте развитие ребенка

происходит наиболее интенсивно, поэтому всегда заметны происходящие изменения. Задача каждого тренера – видеть и использовать эту информацию для дальнейшего роста своих воспитанников.

В ходе тренировочного процесса психологические особенности определяют особенности подбора средств и методов занятий с детьми, поэтому в таблице 13 представлены все ситуации и действия, на которые может реагировать ребенок с учетом своих возрастных особенностей.

Таблица 13 – Характеристика отношений детей младшего дошкольного возраста к занятиям физическими упражнениями

№ п/п	Ситуации и действия	Примечания
1	Учебно-тренировочное занятие воспринимается в виде детской игры	У многих занимающихся
2	Отвлекаются и отвлекают других	Большинство, часто
3	Не реагируют на команды тренера	Около 50 % выпадают из процесса
4	Не воспринимают задание тренера как установку к действиям	Большая часть, достаточно часто
5	Не проявляют интереса к происходящему на учебно-тренировочном занятии	Заметно у одной трети
6	Самостоятельно выключаются из тренировочного процесса	Подобное наблюдается, иногда, у некоторых
7	Самостоятельно ограничивают тренировочную нагрузку	Большинство, постоянно
8	Без разрешения покидают место занятий	Редко, отдельные случаи
9	Комментируют действия других детей	Отдельные дети, заметно часто

Эти особенности определяют организацию и содержание занятий по футболу и ориентируют на подбор средств и методов, соответствующих возрастным возможностям занимающихся детей.

Физические упражнения строятся в игровой форме, дети младшего дошкольного возраста учатся взаимодействовать с мячом в самой простой

форме. С детьми дошкольного возраста проводятся упрощенные варианты игры в футбол и подвижные игры. Размер площадки с травяным покрытием составляет не более 24м в длину и 18м в ширину. Поперек нее отмечаются средняя линия и центральный круг диаметром 5м. На концах площадки ставятся ворота высотой 2м и шириной 3м, на углах – яркие флажки.

Каждую тренировку необходимо вдохновлять детей на футбол. Необходимо придумать интересные задания на действия с мячом и без, дриблинг, удары. Разнообразив ряд движений, действий и преподав их в качестве увлекательных сказочных игр, тренер сможет заложить прочную основу для дальнейшего пути в этом виде спорта.

Наши занятия с детьми младшего дошкольного возраста предполагают четыре основные части. Данная схема построена с учетом равномерного распределения нагрузки во время тренировки и поддержания интереса детей для следующего занятия (таблица 14).

Таблица 14 – Содержание занятий футболом с детьми 3-4 лет

№	Часть занятия	Описание
1	Вводная: разминка. Простые движения	Обучение ребенка двигательным навыкам, при которых задействуются все части тела. В разминке ребенок получает опыт простых разнообразных движений и передвижений.
2	Подготовительная: простые развивающие игры с мячом	Развитие координационных способностей при взаимодействии с мячом или дополнительным предметом. Менее подвижные игры с использованием точечных движений.
3	Основная: усложненные футбольные игры на ведение мяча	Обучение ведению мяча в различных формах игры с добавлением каких-либо заданий на координацию, развитие специфичных футбольных навыков.
4	Заключительная: удары по воротам и упрощенные варианты игры в футбол	Обучение ударам по мячу, попаданию по воротам с предшествующим заданием на координацию, быстроту и другие навыки.

Обсуждая главные особенности дошкольного возраста, отметим развитие произвольности ведущих психических процессов. Исследуя становление произвольности поведения, отечественный психолог А.В. Запорожец пришел к выводу о роли ориентировки в этом процессе [14]. Оказалось, что практически все дети прыгают дальше, если есть ориентировка, т. е. хотя бы черта, до которой надо допрыгнуть. Из трех компонентов действия − ориентировки, исполнения, контроля − наибольшее значение имеет ориентировка.

Правильно заданная ориентировочная основа дает возможность с первого раза выполнить действие безошибочно. При ориентировке и контроле главную роль играют поэтапность действия и возможность внешнего (со стороны взрослого) контроля за ходом его выполнения. Отсюда напрашивается логическая необходимость при обучении детей футболу поэтапно рассказывать, что им делать (ориентировать), контролируя при этом сам процесс выполнения. Более того, сама игра стимулирует развитие произвольности у дошкольников, что является существенным моментом в психологическом развитии ребенка.

Для игры в футбол для детей дошкольного возраста используется облегченный кожаный или пластиковый мяч меньших размеров. Каждая команда состоит из 5-8 детей и нескольких запасных. Игра продолжается 30 мин. Время игры делится на две половины по 15 мин с 5-минутным перерывом.

Перед началом игры проводится жеребьевка, с помощью которой определяется сторона площадки или начальный удар. Мяч для начального удара ставится на землю в центре поля. Игра начинается по сигналу судьи одним из игроков команды, который назначается капитаном. Правила игры имеют некоторые особенности. Здесь не применяются пока недоступные детям угловой удар, положение вне игры, штрафные и свободные удары. Игроки имеют право вести мяч ногой, передавать его товарищу по игре, забивать мяч в ворота. Все действия с мячом выполняются только ногами. Касание мяча головой или туловищем не считается ошибкой, а руками трогает мяч только

вратарь. Кроме того, педагог может сам ввести некоторые ограничения в соответствии с поставленными задачами.

В российских футбольных школах тренировочный процесс для детей 3-6 лет построен на методиках немецких и испанских коллег. Там подобные школы для дошколят существуют достаточно давно, и методики созданы с учетом особенностей детского организма и детской психологии. Основа тренировки – это упражнения из основ физической подготовки с мячом. Все задания направлены на развитие быстроты, скорости, координации детей, моторики. Объяснения даются в сказочной интерпретации или с ассоциациями на знакомых животных (профессии, персонажей) и тренер наглядно демонстрирует каждое задание. Эти методические особенности были учтены нами при проведении занятий. Обычно за правильное выполнение маленькие футболисты получали какое-то поощрение, а за плохое поведение выдавалась желтая карточка или проводилась личная беседа с непоседой. Это необходимо, чтобы выработать у детей дисциплину и послушание. Футбол является командной игрой. В процессе тренировки дети знакомятся друг с другом и у них появляются первые друзья. Процесс социализации проходил под чутким взглядом тренеров, которые внимательно реагировали на каждую неловкость в отношениях между подопечными. С точки зрения психологии общение в таком юном возрасте очень важно и его необходимо инициировать, чтобы в будущем у ребёнка не было проблем со сверстниками.

Грамотно проведенные упражнения в раннем возрасте не столько приучают играть в футбол, сколько помогают развивать координацию, ловкость, быстроту реакции. Безусловно, в возрасте 3-4 года не стоит ожидать фантастических успехов от ребенка или мечтать о непременном взлете карьеры сына (или дочери) [12]. В этом возрасте важно заложить интерес к занятиям спортом, обеспечить фундамент для дальнейшего физического развития ребенка, обогатить двигательный опыт ребенка, решить задачи психического развития ребенка.

3.2 Оценка эффективности проведения занятий по футболу с детьми младшего дошкольного возраста

В результате реализации представленных в нашей работе рекомендаций по проведению занятий с детьми 3-4 лет по футболу было проведен исследование, которое показало следующие результаты. Рассмотрим результаты диагностики двигательных умений и навыков детей на контрольном этапе педагогического эксперимента (таблица 15, 16).

Таблица 15 − Уровни владения двигательными действиями на констатирующем этапе в ЭГ и КГ

Группы	Уровень	Двигательные действия					
		Бег		Прыжок в длину с места		Владение мячом	
		Кол-во чел	Проценты, %	Кол-во чел	Проценты, %	Кол-во чел	Проценты, %
ЭГ	Высокий	2	28,5%	1	14,3%	0	0%
	Средний	5	71,5%	3	42,85%	2	28,5%
	Низкий	0	0%	3	42,85%	5	71,5%
КГ	Высокий	3	30%	1	10%	0	0%
	Средний	6	60%	4	40%	3	30%
	Низкий	1	10%	5	50%	7	70%

Таблица 16 − Уровни владения двигательными действиями на контрольном этапе в ЭГ и КГ

Группы	Уровень	Двигательные действия					
		Бег		Прыжок в длину с места		Владение мячом	
		Кол-во чел	Проценты, %	Кол-во чел	Проценты, %	Кол-во чел	Проценты, %
ЭГ	Высокий	5	71,4%	4	57,1%	5	71,4%
	Средний	2	28,6%	3	42,9%	2	28,6%
	Низкий	0	0%	0	0%	0	0%
КГ	Высокий	5	50%	3	30%	2	20%
	Средний	4	40%	4	40%	4	40%
	Низкий	0	0%	3	30%	4	40%

Как видно из результатов, представленных в таблицах 15 и 16, наблюдается динамика в уровнях владения основными двигательными действиями у детей младшего дошкольного возраста.

Сравнение показателей уровня развития движений на констатирующем этапе и контрольном этапе педагогического эксперимента показало, что

- в ЭГ повысились на 42,9% показатели высокого уровня развития бега, на 42,8% – показатели высокого уровня развития прыжка в длину с места, на 71,4% – показатели владения мячом;

- в КГ увеличились на 20% показатели высокого уровня развития бега, на 20% показатели высокого уровня развития прыжка в длину с места, на 20% показатели высокого уровня развития владения мячом. На основании критерия Фишера полученные нами различия считаются достоверными ($p \leq 0{,}01$).

Наглядно результаты изменений представлены на рисунках 2 и 3.

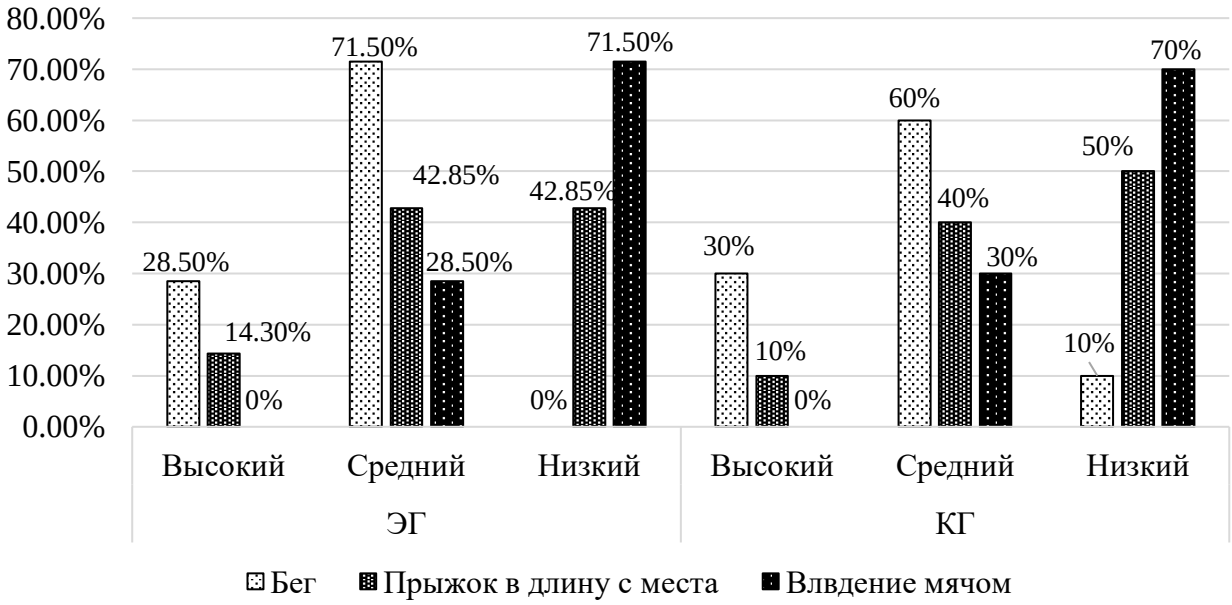

Рисунок 2 – Качественные изменения владения двигательными действиями у детей ЭГ и КГ на констатирующем этапе

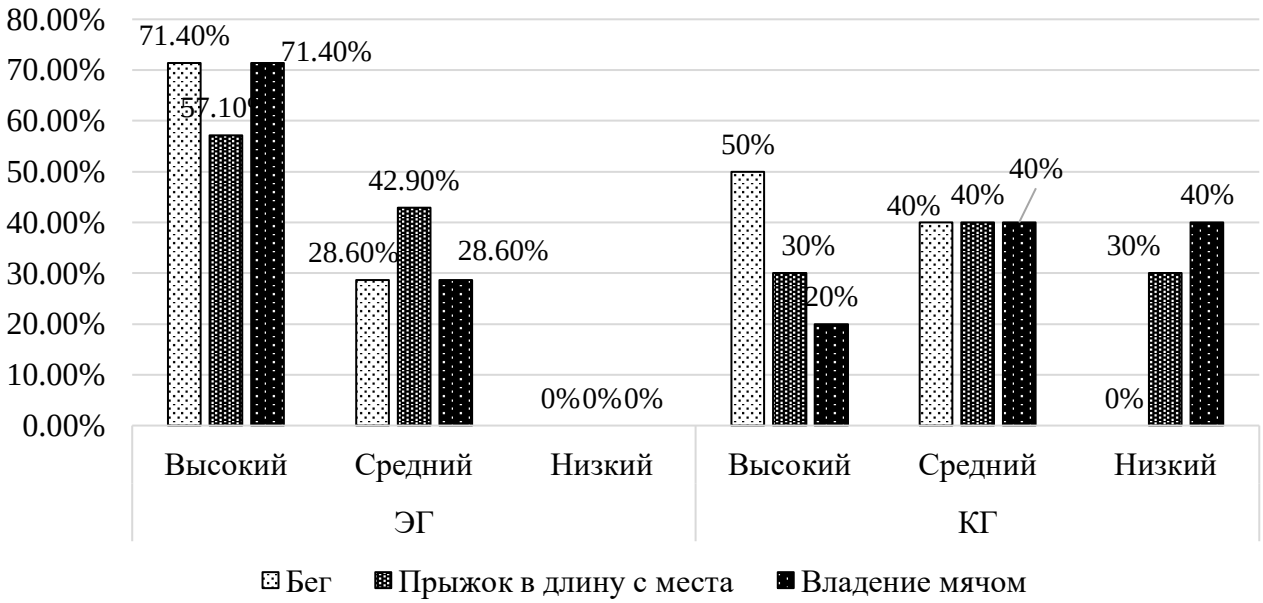

Рисунок 3 – Качественные изменения владения двигательными действиями у детей ЭГ и КГ на контрольном этапе

В результате нашего исследования мы отметили, что изменились качественные показатели техники движений у детей ЭГ. Во время бега у детей значительно улучшилась осанка. Например, если в начале педагогического эксперимента некоторые юные спортсмены ходили сильно ссутулившись, то спустя 2,5 месяца они научились держать спинку и голову прямо, плечи расправленными. Некоторые испытуемые показали полное отсутствие шарканья во время ходьбы.

Улучшились у детей движения рук и ног: движения рук стали более энергичными, свободными, естественными, при ходьбе и беге стараются отводить руки в сторону-назад. Но чёткая и полная координация (согласованность) движений рук и ног сформировалась лишь у 3-их детей. У остальных детей этот навык ещё не автоматизирован. Но это не является отрицательным результатом, так как на данном возрастном этапе преждевременно требовать от детей чёткой и полной координации движений рук и ног. Шаг стал более лёгкий, как и бег. В этом положительную роль сыграли использование музыкального сопровождения на некоторых физкультурных занятиях (во вводной части) и упражнений имитационного

характера. Во время ходьбы и бега дети научились сохранять заданное направление благодаря применению различного физкультурного оборудования на занятиях (верёвочки, кубики, кегли, кубы, булавы и др.) для ориентирования.

Бег детей ЭГ стал более прямолинейным и лёгким, научились сильнее отталкиваться ногами, в результате чего бегать стали с большей скоростью. Правильный перекат при разном виде бега (мелким и широким шагом) научились делать четыре ребенка. У остальных детей это умение необходимо ещё совершенствовать.

Благодаря тому, что на спортивно-оздоровительных занятиях по футболу применялись подвижные игры с бегом («Птичка и птенчики», «Бегите ко мне», «Мыши и кот») и упражнения в беге (бег в рассыпную, бег за тренером гурьбой со сменой темпа, бег в разном темпе, бег с остановками со сменой направления, обегая предметы, бег скрестным шагом, бег спиной вперед, бег приставным шагом и т.д.), дети овладели умением бегать, не сталкиваясь друг с другом, не наталкиваясь на предметы, согласуя действия друг с другом. Вместе с тем, необходимо продолжить работу по совершенствованию этих умений, а также по обучению детей совершать технику бега и сохранять правильное положение туловища и головы во время бега.

Если сравнивать количественные показатели диагностики формирования техники бега, прыжка в длину с места, владение мячом, то процент детей со средним уровнем развития отмечается только в беге различными способами. Он сократился на 42,9%. По остальным показателям количество детей со средним уровнем не изменилось на констатирующем этапе исследования. На основании критерия Фишера полученные нами различия считаются достоверными ($p \leq 0,05$).

По итогам нашего исследования для нас важны показатели детей с низким уровнем владения двигательными действиями. Здесь результаты показывают, что дети ЭГ по бегу, прыжкам в длину с места и владению мячом показали 0% с низким уровнем владения двигательными действиями. В КГ только по бегу дети пришли к результату 0%, а вот в прыжках в длину с места количество детей

с низким уровнем сократилось на 20% и во владении мячом – на 30% (рисунок 4).

Лишь 20% (2-е детей) имеют высокий уровень сформированности техники прыжка в длину с места. С нашей точки зрения этот факт объясняется тем, что сама техника выполнения данного движения более сложная в сравнении с техникой ходьбы и бега, тем более, что опыт детей в беге и ходьбе больше, чем в прыжках в длину с места.

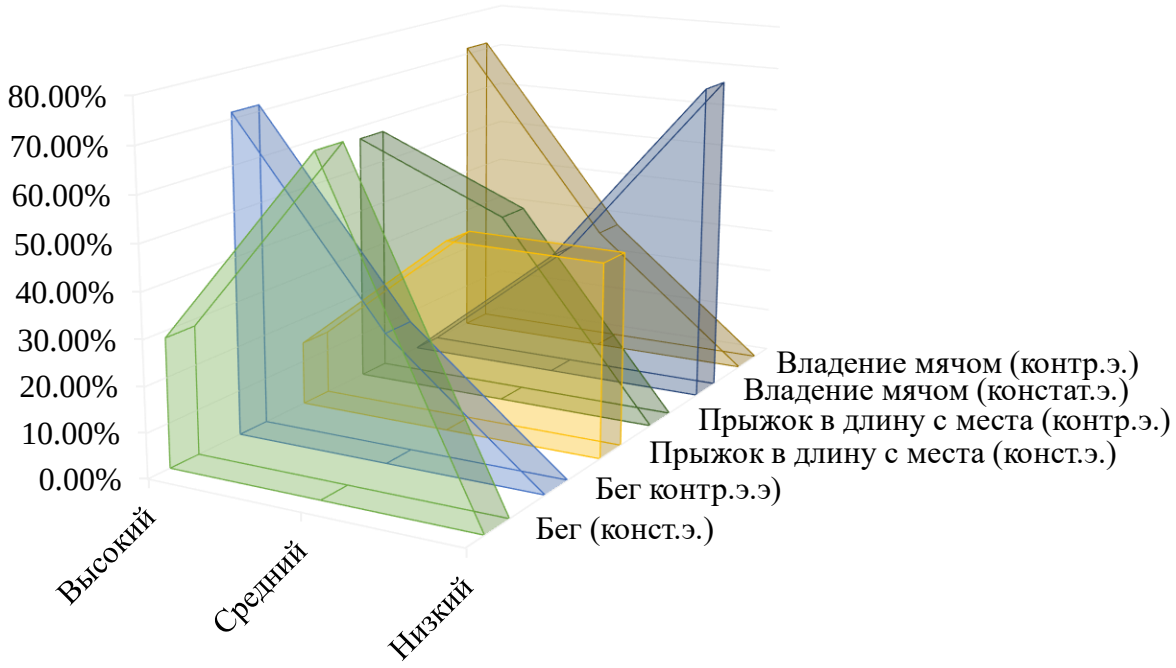

Рисунок 4 – Динамика изменений качественных показателей при выполнении двигательных действий детьми в ЭГ

На данном возрастном этапе для прыжка в длину характерно появление подготовительной фазы движения, которая ещё носит черты общей двигательной реакции, а не целенаправленной подготовки к прыжку [6, 12]. Например, Сергей, Николай и другие дети покачивают руками вперёд-назад, а затем прыгают независимо от движений рук, а испытуемые Петр, Федор и Антон прыгают с опущенными вниз руками. Из семи детей только 3 ребёнка

стали принимать исходное положение при прыжке в длину с места (ноги расставлены, ступни параллельны, ноги согнуты в коленях). На жёстких прямых ногах продолжил совершать прыжок один ребенок.

Сравнение качественных показателей элементов отталкивания во время прыжка позволяет сделать вывод, что дети в основном научились прыгать путём одновременного отталкивания двумя ногами. Вместе с тем они продолжали допускать ошибки. Приземление стало более мягким, дети старались ставить ноги одновременно, но часто приземлялись на всю ступню без переката и при приземлении ноги расставляли широко, чтобы удержать равновесие.

Самым сложным для детей осталась техника движений с мячом. На завершающем этапе исследования многие дети все еще с трудом координировали свои действия с управлением мячом. Легче всего им давались действия на месте и действия с руками. Управлением мячом с помощью ног требовало от них значительной концентрации внимания и сосредоточенности. Недостаток развития силы сказывался на ударе по мячу. Однако после систематических выполнений заданий и упражнений, а также участие в подвижных играх позволило детям научиться «чувствовать» мяч, понимать мяч как часть себя. Студент отметить попытки передавать мяч свои членам команды, доверять им. Снизился уровень эгоцентризма.

На основе проведённого анализа можно утверждать, что в результате планомерной и систематической работы показатели сформированности двигательных умений и навыков детей (техники движений – бега, прыжка в длину с места, владения мячом) улучшились. Дети познакомились и научились выполнять различные виды ходьбы, бега, усовершенствовалась техника прыжка в длину с места, техника владения мячом. Движения стали более свободными, естественными. Значительно улучшилась пространственная ориентировка в ходьбе, беге. Дети стали свободнее двигаться в коллективе.

Необходимым условием освоения игры в футбол является развитие физических качеств. В результате нами были получены следующие данные в ЭГ и КГ (таблицы 17 и 18).

Таблица 17 − Уровни развития физических качеств на констатирующем этапе в ЭГ и КГ

Группы	Уровень	Двигательные действия					
		Быстрота		Скоростно-силовые качества		Координация	
		Кол-во чел	Проценты, %	Кол-во чел	Проценты, %	Кол-во чел	Проценты, %
ЭГ	Высокий	0	0%	1	14,3%	0	0%
	Средний	3	42,85%	3	42,85%	2	28,5%
	Низкий	4	57,15%	3	42,85%	5	71,5%
КГ	Высокий	1	10%	1	10%	0	0%
	Средний	3	30%	2	20%	3	30%
	Низкий	6	60%	7	70%	7	70%

Таблица 18 − Уровни развития физических качеств на контрольном этапе в ЭГ и КГ

Группы	Уровень	Двигательные действия					
		Быстрота		Скоростно-силовые качества		Координация	
		Кол-во чел	Проценты, %	Кол-во чел	Проценты, %	Кол-во чел	Проценты, %
ЭГ	Высокий	3	42,85%	2	28,5%	3	42,85%
	Средний	3	42,85%	4	57,15%	3	42,85%
	Низкий	1	14,3%	1	14,3%	1	14,3%
КГ	Высокий	2	20%	1	10%	3	30%
	Средний	5	50%	4	40%	3	30%
	Низкий	3	30%	5	50%	4	40%

Как видно из результатов исследования развитие физических качеств, связанных с освоением двигательных действий также представлено положительной динамикой как в таблицах, так и на рисунках 5 и 6.

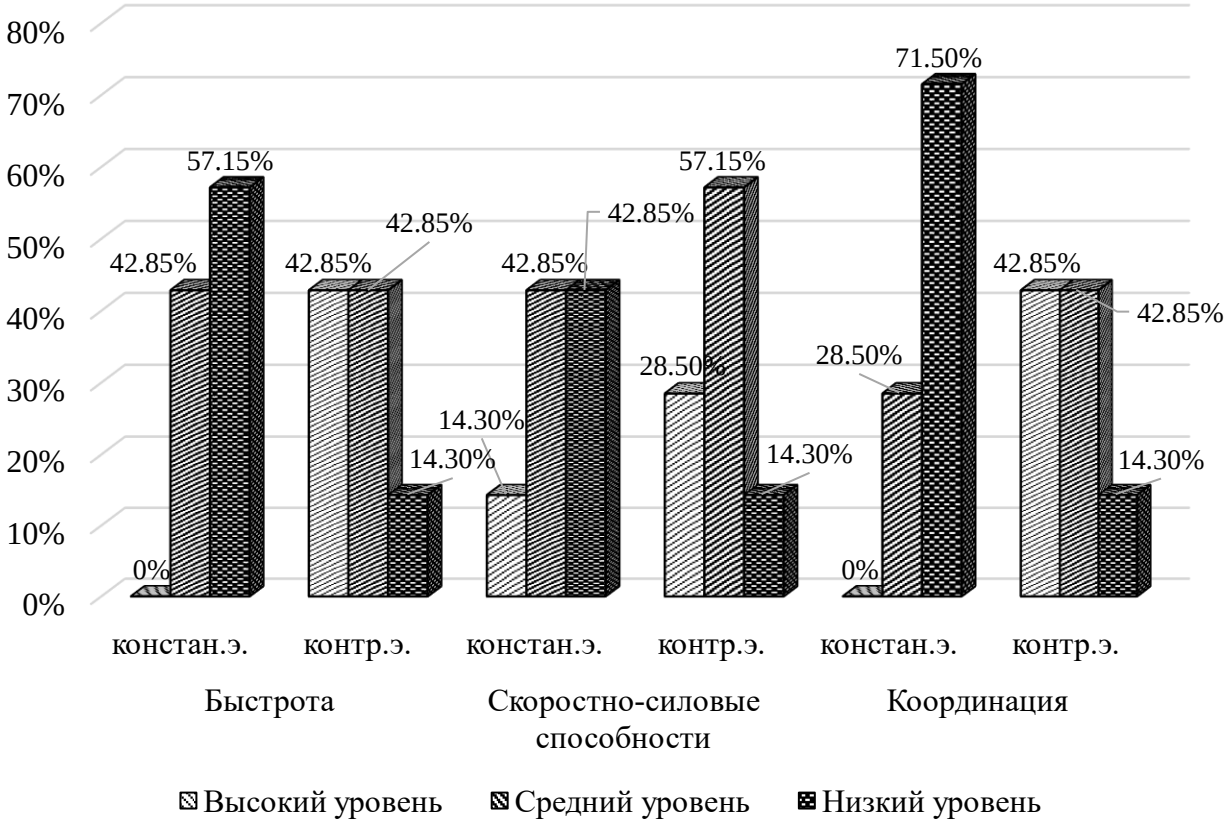

Рисунок 5 – Динамика развития физических качеств у детей в ЭГ

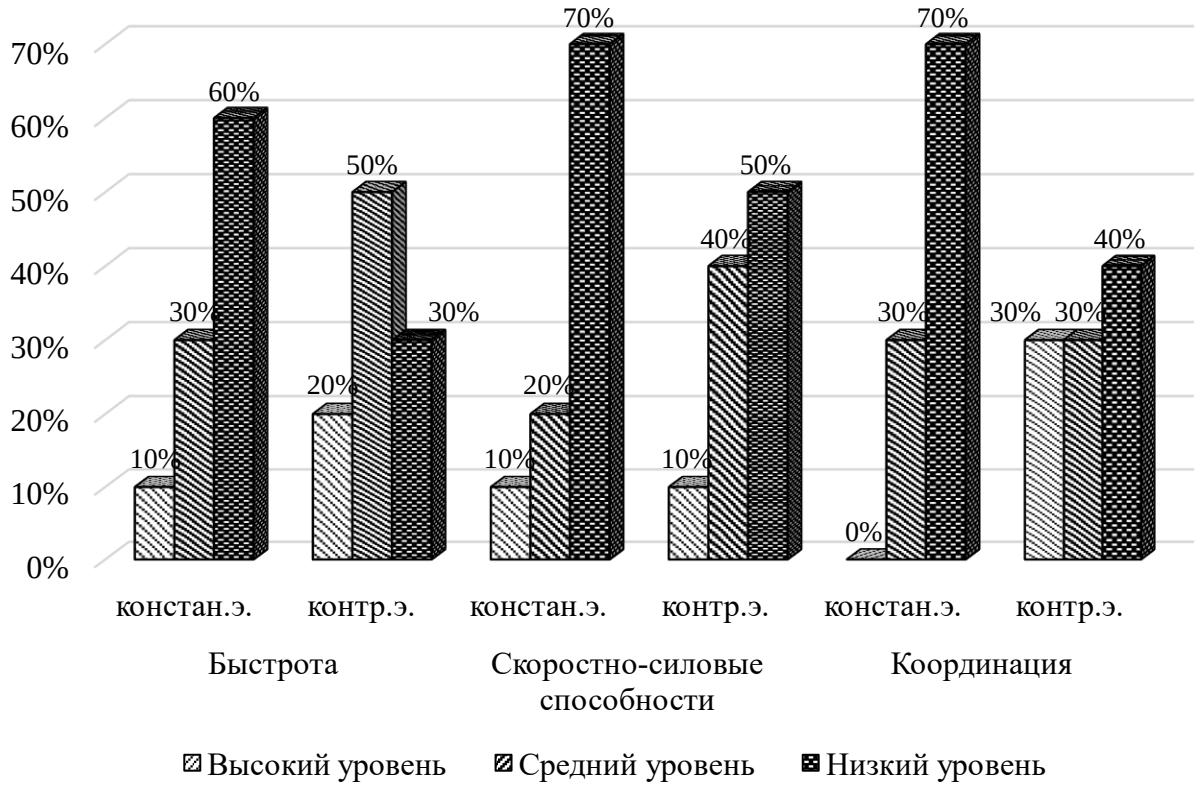

Рисунок 6 – Динамика развития физических качеств у детей в КГ

Таким образом, отметим, что изменения в развитии физических качеств у детей ЭГ наблюдаются более значительные, чем у детей КГ. Для подтверждения полученных результатов мы использовали критерий Фишера. На основании критерия Фишера полученные нами различия считаются достоверными ($p \leq 0,05$).

Реализация педагогических идей и основанных на них экспериментальных разработок позволила приблизиться к достижению главной цели – повышению эффективности и результативности спортивно-оздоровительного процесса в группах детей дошкольного возраста по футболу. При этом необходимо отметить, что предложенные условия не оказывают негативного влияния на естественное физическое развитие дошкольников, занимающихся футболом. Но и не дают ярко выраженного преимущества в показателях физической подготовленности на уровне статистически достоверных различий. Хотя отмечается некоторое превосходство по всем регистрируемым показателям, что дает право рассчитывать на достижение достоверного превосходства в будущем.

Наиболее благоприятные результаты были получены в показателях технической подготовленности, где установлено статистически достоверное преимущество используемых нами средств и методов в практике занятий по футболу с детьми младшего дошкольного возраста. Это позволяет утвердительно говорить о высокой эффективности педагогических воздействий, обеспеченных экспериментальными условиями, так как техническая подготовленность представляет собой результат обучения.

Еще одним из подтверждений преимущества предложенных нами методов и средств являются спортивные достижения ЭГ. Анализ выполнения детьми двигательных действий показал, что дети проявляют достаточно высокие навыки владения изучаемых двигательных действий, владения мячом и даже и элементы командного взаимодействия.

Таким образом, разработанные организационно-педагогические условия, предложенные для повышения эффективности спортивных занятий по футболу

в группах детей младшего дошкольного возраста, являются эффективными и способствуют достижению высокой результативности в спортивной деятельности в будущем, при этом позволяют не снижать интерес к занятиям и формируют первоначальные навыки игры в футбол. То есть, полученные данные и их положительная оценка подтверждают правильность выдвинутой гипотезы и позволяют рекомендовать экспериментально опробованные условия к применению на занятиях по футболу с детьми 3-4 лет.

ВЫВОДЫ

1. Проанализировав различные данные об особенностях возрастного развития детей младшего дошкольного возраста мы выделили ряд важных изменений, которые учитываются при организации занятий футболом с детьми данного возраста: совершенствуются психические свойства (память, внимание, речь, мышление); дети 3-4 летнего возраста высокоактивны, но склонны к быстрому утомлению. У детей этого возраста ограничены возможности, связанные с освоением сложных движений; это сензитивный период развития некоторых физических качеств, обеспечивающих эффективное освоение спортивных упражнений. В развитии каждого ребенка могут быть индивидуальные особенности, которые должны быть учтены при организации занятий футболом.

2. В результате изучение данных, представленных в литературе, было определено несколько условий организации занятий футболом с детьми 3-4 лет: взаимодействие с родителями и учет возрастных особенностей развития детей. Работа с родителями обеспечивает понимание ими методики занятий с детьми 3-4 лет, обеспечивает видение перспектив от занятий конкретно для каждого ребенка. Работа с родителями может строиться на основе убеждений: «Заинтересовывать, а не заставлять» и «Футбол есть образование».

Ориентация в ходе занятий на возрастные особенности детей требует определенного подхода, основанного на готовности организма младшего дошкольника к освоению сложных действий футболиста и физической подготовке. Поэтому процесс обучения предполагает использование простых действий и приемов; совершенствование простых комбинационных действий и спортивно-игровых движений с использованием методов частичного регламентированного упражнения; совершенствование простых технических приемов, характерных для футбола, использование игрового метода; первоначальное разучивание схемы игры в футбол по упрощенным правилам.

3. На основе проведенного исследования и по результатам оценки полученных данных была подтверждена эффективность подобранных средств, методов и форм физического воспитания детей младшего дошкольного возраста на занятиях по футболу. На основе этого в ЭГ у детей показатели высокого уровня развития бега повысились на 42,9%, на 42,8% – показатели высокого уровня развития прыжка в длину с места, на 71,4% – показатели владения мячом. В КГ у детей показатели высокого уровня развития бега увеличились на 20%, на 20% показатели высокого уровня развития прыжка в длину с места, на 20% показатели высокого уровня развития владения мячом. На основании критерия Фишера полученные нами различия считаются достоверными ($p \leq 0{,}01$). Таким образом, соблюдение всех принципов физического воспитания, особенностей развития детей младшего школьного возраста, адаптации упражнений из футбола к возрасту и возможностям занимающихся детей, опора на родительскую поддержку детей, использование психолого-педагогических приемов в мотивации детей, поддержке их, убеждении дало положительный результат и подтвердило доступность занятий футболом для детей 3-4 лет.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алямовская В. Физкультура в детском саду: Теория и методика организации физкультурных мероприятий. М.: Чистые пруды, 2005. 32с.
2. Андреев С.Н. Футбол в школе. М.: Просвещение, 2006. 144 с.
3. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 3-7 лет. Б.: Изд-во Белый город. 2013. 239 с.
4. Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. 176с. ил.
5. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. Младший возраст: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. 272с.
6. Годик М.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов. М.: Граница, 2008. 272 с.
7. Диагностика игровых умений дошкольника: учебно-методическое пособие / Сост. Т.А. Криволесова. Николаевск-на-Амуре: Изд-во НнАПК КМНС филиала КГБОУ СПО ХПК, 2013. 208 с.
8. Ильина С.К. Здоровье детей в ДОУ: правовой аспект // Управление ДОУ. 2004. №1. С. 42-46.
9. Инновационные направления развития системы физического воспитания детей дошкольного возраста // Теория и практика физической культуры: Научно-теоретический журнал. 2010. № 3. С. 17-22.
10. Казина О.Б. Физическая культура в детском саду. Конспекты занятий, праздников и развлечений. М.: Академия Развития. 2011. 320 с.
11. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Учеб. пособие для студентов пединститутов по спец. «Дошкольная педагогика и психология». М.: «Просвещение», 2005. 300 с.

12. Кистяковская М.Ю. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. М.: Знание, 2009. 186 с.

13. Кожухова Н.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: схемы и таблицы. М.: Гуманит. изд. центр Владос, 2003. 192 с.

14. Козлова С.А. Дошкольная педагогика: Учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2004. 416 с.

15. Кочетова Н.П. Физическое воспитание и развитие детей раннего возраста; Просвещение - Москва, 2008. 112 с.

16. Лескова Г., Ноткина Н. Содержание основной части физкультурных занятий // Дошкольное воспитание. 1988. №4. С.53-59.

17. Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей: Кн. для воспитателя дет. сада. М.: Просвещение, 2012.160 с.

18. Морфофункциональное созревание основных физиологических систем организма детей дошкольного возраста / Под ред. М. В. Антроповой, М. М. Кольцовой. М.: Педагогика, 2003. 216 с.

19. Особенности подготовки юных футболистов (на примере команды «Сент-Этьен» Франция). Методическое пособие М.: ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», 2012. 80 с

20. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. М.: Мозаика-Синтез, 2009. 980 с.

21. Плотникова И.И. Развивающее обучение школьников игре в футбол на уроках физической культуры // Вестник БГУ. 2013. №13. С.109-113.

22. Сорочек Р.Г., Спирина В.П., Уварова З.С., Юрко Г.П. Физическое воспитание раннего и дошкольного возраста. М.: СКиФ 2007. 222с.

23. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учебник для студентов высших педагогических учебных заведений / Под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. М.: Издательский центр «Академия», 2002. 520 с.

24. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.:

Издательский центр «Академия», 2009. 354 с.

25. Трясорукова Т.П. Эффективное развитие: мышление, движение, речь. Оптимизация психомоторного развития детей дошкольного возраста. Рн/Д: Феникс, 2013. 79 с.

26. Фаттахов Р.В. Обучение юных футболистов групповым тактическим действиям на основе применения игровых упражнений: монография. Чебоксары: Чуваш. гос. пед. ун-т, 2011. 123 с.

27. Харченко Т.Е. Организация двигательной деятельности в детском саду. М.: Детство-Пресс, 2010. 176 с.

28. Шамардин А.А. Комплексная функциональная подготовка юных футболистов. Саратов: Научная книга, 2008. 239 с.

29. Яковлева Л.В. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. В 3 ч. Ч. 2. Конспекты занятий для второй младшей и средней групп. М.: Владос, 2014. 207 с.

30. Мещерякова Е.А., Воронина Н.М. Проблемы физического воспитания дошкольников в условиях современного дошкольного образования // Молодой ученый. 2016. №13.3. С. 60-62. URL https://moluch.ru/archive/117/32422/

31. Сухобский А.В., Огородников С.С. Начальная техническая подготовка юных футболистов // Молодой ученый. 2014. №6. С. 851-855. URL https://moluch.ru/archive/65/10742/

32. Чекашова А.А. Особенности мышления детей 3-4 лет с учетом индивидуально-личностного аспекта оздоровления средствами физического воспитания // Вестник ЧГПУ. 2011. №1. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-myshleniya-detey-3-4-let-s-uchetom-individualno-lichnostnogo-aspekta-ozdorovleniya-sredstvami-fizicheskogo-vospitaniya