

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ РОССИЙСКОГО ФУТБОЛЬНОГО СОЮЗА

Дополнительная профессиональная программа – программа повышения квалификации специалистов по футболу (инструкторов-методистов).

Дополнительная профессиональная программа – программа повышения квалификации современные технологии подготовки спортивного резерва в футболе.

**ПРОГРАММА
ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ
6-9 лет**

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Российский футбольный союз

2019



2016



2018



Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Построение
тренировочного
процесса

Программа предлагает современный инновационный подход к подготовке юных футболистов, основанный на закономерностях роста и развития игрока

Этапы подготовки
юных футболистов

Этапы подготовки юных футболистов составлены в соответствии с сенситивными периодами развития детей

Блоковая
периодизация
тренировочного
процесса

Программа представляет собой структурированный материал, основанный на блоковой периодизации построения тренировочных циклов

Обучение через
игру

Программа предлагает использовать игровой метод как основу для интегрального решения задач всех видов подготовки юных футболистов

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

**ИННОВАЦИОННОЕ
НОВШЕСТВО
ПРОГРАММЫ**

Построение
тренировочного процесса с
учётом закономерностей
роста и развития игрока

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

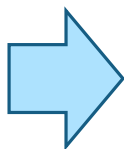
Что такое
закономерности
роста и развития игрока?

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Закономерности роста и развития игрока

ТЕОРИЯ СЕНСИТИВНЫХ ПЕРИОДОВ

ОПРЕДЕЛЕННЫЙ
ВОЗРАСТНОЙ
ПЕРИОД



НАИБОЛЕЕ
ЭФФЕКТИВНОЕ
РАЗВИТИЕ



ФИЗИЧЕСКИЕ
КАЧЕСТВА И
ПСИХИЧЕСКИЕ
СВОЙСТВА
ЛИЧНОСТИ

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Закономерности роста и развития игрока

ТЕОРИЯ СЕНСИТИВНЫХ ПЕРИОДОВ

**БЛАГОПРИЯТНЫЕ
ВОЗДЕЙСТВИЯ НА
ОРГАНИЗМ**

- содействие развёртыванию наследственных возможностей организма
- превращение врожденных задатков в определенные способности

**НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ
ВОЗДЕЙСТВИЯ НА
ОРГАНИЗМ**

- задерживание развития способностей
- перенапряжение функциональных систем
- нарушение физического и психического развития

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Закономерности роста и развития игрока

СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ФУТБОЛИСТА



ПРИНЯТИЕ ИГРОВЫХ РЕШЕНИЙ



ВЫПОЛНЕНИЕ ИГРОВЫХ РЕШЕНИЙ

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Закономерности роста и развития игрока

ИГРОВОЕ РЕШЕНИЕ ФУТБОЛИСТА

Мяч

- ✓ его местонахождение;
- ✓ кто осуществляет владение мячом

Ворота

- ✓ угроза собственным воротам со стороны соперника;
- ✓ угроза воротам соперника

Соперники

- ✓ их расположение на поле;
- ✓ владение или не владение мячом;
- ✓ угроза воротам с их стороны;
- ✓ эффективность оборонительных или атакующих действий

Партнёры

- ✓ их расположение на поле;
- ✓ владение или не владение мячом;
- ✓ угроза воротам соперника;
- ✓ эффективность оборонительных или атакующих действий

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Закономерности роста и развития игрока

ТЕОРИЯ СЕНСИТИВНЫХ ПЕРИОДОВ В ФУТБОЛЕ

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ ИГРОКА

СПОСОБНОСТЬ КОНЦЕНТРИРОВАТЬСЯ

МЯЧ

МЯЧ
ВОРОТА

МЯЧ
ВОРОТА
СОПЕРНИК

МЯЧ
ВОРОТА
СОПЕРНИК
ПАРТНЁР

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Закономерности роста и развития игрока

4 ЭТАПА РАЗВИТИЯ ЮНОГО ФУТБОЛИСТА

1

МЯЧ

2

**МЯЧ
ВОРОТА**

3

**МЯЧ
ВОРОТА
СОПЕРНИК**

4

**МЯЧ
ВОРОТА
СОПЕРНИК
ПАРТНЁР**

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Закономерности роста и развития игрока

ЭТАП «МЯЧ»

- *хотят только владеть мячом и не понимают командной игры;*
- *не умеют играть в пас, не понимают групповых взаимодействий, бегают кучей за мячом;*
- *во время игры в футбол не замечают ни разметки, ни ворот, ни соперников, ни партнёров, стараются только добраться до мяча и ударить по нему ногой в любую сторону;*
- *очень часто отвлекаются во время упражнений и способны сохранять концентрацию на очень короткое время;*
- *большинство детей не знает футбольной терминологии, понимает только очень простые команды тренера (например: «Стой!», «Повторяй за мной!» и т.п.; например, если ребёнку сказать: «Держи мяч!», он может просто взять его в руки)*

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Закономерности роста и развития игрока

ЭТАП «МЯЧ + ВОРОТА»

- *как и на этапе «Мяч», хотят только владеть мячом и не понимают командной игры;*
- *главное отличие от этапа «Мяч» заключается в том, что во время игры в футбол осознают, что есть цель - забить мяч в ворота;*
- *добравшись в игре до мяча, не бьют куда попало, а стараются осознанно овладеть мячом и создать условия для удара (выбрать позицию);*
- *не умеют играть в пас и не понимают групповых взаимодействий;*
- *понимают только очень простые правила при игре в футбол.*

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Закономерности роста и развития игрока

ЭТАП «МЯЧ + ВОРОТА + СОПЕРНИК»

- *не понимают командной игры, в большинстве ситуаций действуют индивидуально;*
- *главное отличие от этапа «Мяч + Ворота» заключается в том, что во время игры в футбол различают соперников и партнёров: не отбирают мяч у партнёров, вступают в единоборства с соперниками;*
- *оказавшись в игре перед соперником, владеющим мячом, сближаются на скорости и вступают в отбор (сокращают пространство);*
- *не умеют осуществлять групповые взаимодействия в игре;*
- *понимают простейшие функции игроков обороны и атаки.*

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Закономерности роста и развития игрока

ЭТАП «МЯЧ + ВОРОТА + СОПЕРНИК + ПАРТНЁР»

- *главное отличие от этапа «Мяч + Ворота + Соперник» заключается в том, что в игре действуют не только индивидуально, но и играют в пас с партнёром при ведении атакующих действий;*
- *умеют взаимодействовать в малых группах (парах) во время игр;*
- *во время игры в футбол осуществляют взаимодействия между линиями;*
- *знают основные функции игроков трёх линий: защитников, полузащитников и нападающих;*
- *понимают основы командных атакующих взаимодействий (понятия «глубина» и «ширина») при игре 4х4 (расстановка «ромбом» 1-2-1).*

Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

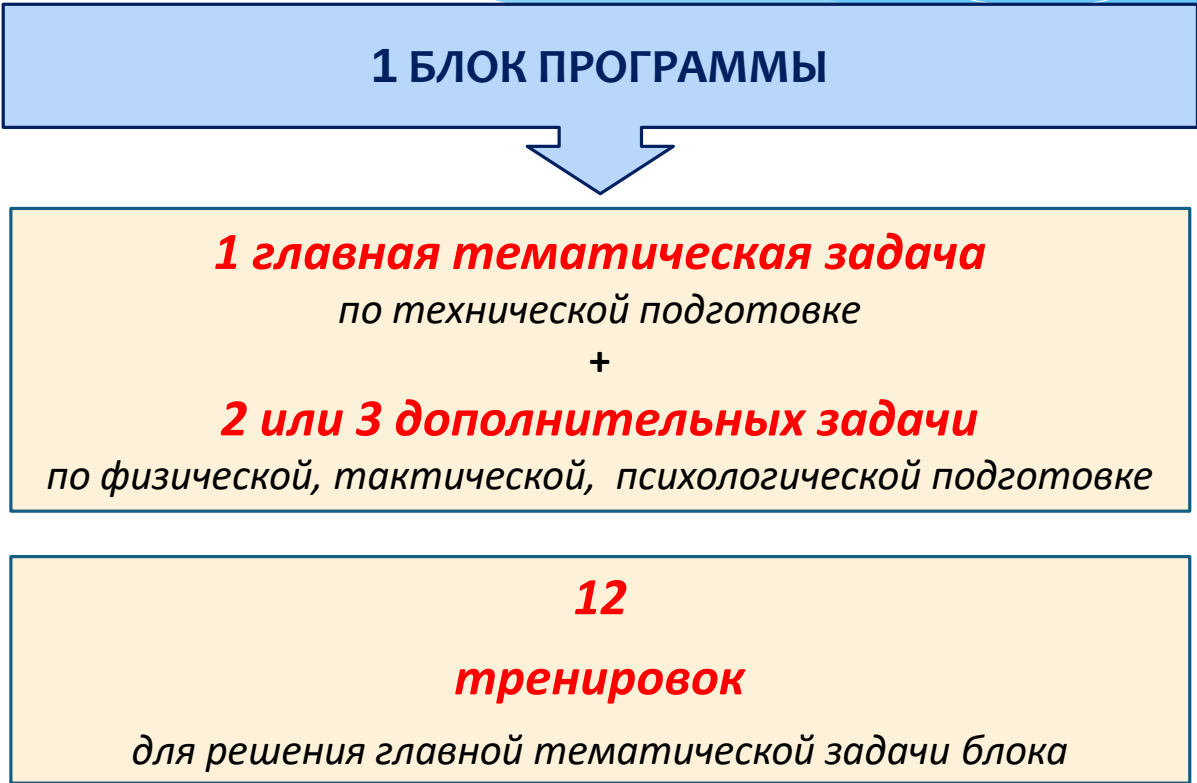
Блоковая периодизация тренировочного процесса



Основные принципы Программы подготовки футболистов 6-9 лет

Блоковая периодизация тренировочного процесса

1 БЛОК ПРОГРАММЫ



```
graph TD; A[1 БЛОК ПРОГРАММЫ] --> B["1 главная тематическая задача по технической подготовке + 2 или 3 дополнительных задачи по физической, тактической, психологической подготовке"]; B --> C["12 тренировок для решения главной тематической задачи блока"]
```

1 главная тематическая задача

по технической подготовке

+

2 или 3 дополнительных задачи

по физической, тактической, психологической подготовке

12

тренировок

для решения главной тематической задачи блока

Системная проблема детско-юношеского футбола



МЯЧ



МЯЧ + ВОРОТА



МЯЧ + ВОРОТА + СОПЕРНИК



МЯЧ + ВОРОТА + СОПЕРНИК + ПАРТНЁР



МЯЧ + ВОРОТА + СОПЕРНИКИ + ПАРТНЁРЫ

Командная игра



Спасибо за внимание !