**Муниципальное бюджетное физкультурно-спортивное учреждение**

**«Спортивная школа № 1»**

Методическая разработка

**Тема: «Подвижные игры как средство подготовки юных**

**футболистов (7-10 лет)»**

 **Автор-составитель**:

 Тренер

Юркин Максим Александрович

Зачитан на тренерском совете:

«26» октября 2019г.

с оценкой отлично.

г. Прокопьевск, 2019 г.

**Содержание**

Введение

1. Теоретико-методологические основы подвижных игр как средство

подготовки футболистов 7-10 лет

1.1 Особенности анатомо-физиологического развития детей 7-10 лет, занимающихся футболом

1.2 Игра как средство физического воспитания

1.3 Характеристика и классификация подвижных игр

1.4 Специфика подвижных игр

2. Методика проведения подвижных игр как средства подготовки юных футболистов

2.1 Организация проведения подвижных игр юных футболистов

2.2 Подвижные игры для развития быстроты юных футболистов

2.3 Подвижные игры для развития дистанционной скорости юных футболистов

2.4 Подвижные игры для развития выносливости юных футболистов

2.5 Подвижные игры для развития внимания и мышления юных футболистов

3. Заключение

4. Список литературы

**Введение**

Начальное обучение юных футболистов 7—10 лет проводится при

помощи упражнений доступных для детей данного возраста. Не следует

требовать выполнения упражнений детьми в максимально темпе, применять

много упражнений, где юным футболистам приходится быстро и точно

реагировать на меняющуюся обстановку, изучать в одном занятии более 2—3

технических приемов, проводить двухсторонние игры в общепринятых

составах на полях стандартных размеров.

Ознакомление начинающих футболистов с основным группами технических приемов, позволяющих успешно вести элементарную игровую

деятельность, способствует формированию интереса детей к футболу.

Овладение тактическими действиями следует начинать с изучения индивидуальных и групповых тактических действий в игровых групповых

упражнениях 2x2, 3x3, 4x4, 5х5 6x6, на площадках с ограниченными размерами, а также подвижных играх. Для воспитания игрового мышления

необходимо широко использовать различные средства, в том числе и подвижные игры, направленные на развитие быстроты сложной реакции,

ориентировки, умения взаимодействовать с партнерами.

По самой своей природе игра ненавязчиво побуждает ее участников

глубже и полнее использовать свои знания, умения и навыки в согласованных действиях с товарищами по команде, развивает внимание,

оперативное мышление, чувство коллективизма, ответственности, взаимовыручки и множество других социально важных и полезных качеств.

В связи с этим подбираемые к тренировкам подвижные игры должны помогать овладению или закреплению необходимых знаний, умений и навыков футбола. Играя в грамотно и планомерно подобранные тренером

специализированные или вспомогательные подвижные игры, юные футболисты овладевают умениями быстрее и лучше мыслить, анализировать складывающуюся обстановку, укрепляют свое здоровье и совершенствуют

функциональные возможности организма.

Для повышения общей результативности проводимых тренировок рекомендуемые игры составлены таким образом, что их практическое проведение осуществляется преимущественно так, когда одновременно играют все занимающиеся. А само содержание игры, может легко и оперативно варьироваться – усложняться или упрощаться по усмотрению тренера, исходя из конкретно складывающейся спортивной ситуации.

Таким образом, подвижные игры играют значительную роль в процессе профессионального совершенствования юных футболистов, воспитывая основные физические и жизненно важные качества необходимые будущим футболистам.

**1. Теоретико-методологические основы подвижных игр как средство подготовки футболистов 7-10 лет**

**1.1 Особенности анатомо-физиологического развития детей 7-10**

**лет, занимающихся футболом**

Многолетняя тренировка юных футболистов в настоящее время начинается с 7-8-и лет и заканчивается в 17-18 лет. За это время в развитии организма детей и юношей происходят огромные изменения, и поэтому в обучении нельзя не учитывать возрастные особенности созревания.

Одно из основных условий высокой эффективности системы подготовки спортсменов заключается в строгом учете возрастных и индивидуальных анатомо-физиологических особенностей. Это позволяет правильно решать вопросы спортивного отбора и ориентации, выбора средств и методов тренировки, нормирования тренировочных и

соревновательных нагрузок, прогнозирования возможных достижений.

Каждый возрастной период имеет свои особенности в строении и функциях отдельных систем, которые изменяются в процессе спортивной

деятельности.

В теории физического воспитания принято выделять возраст 7-10 лет, который совпадает с периодом начального обучения (младший школьный), возраст 11-15 лет, совпадающий с этапом углубленной тренировки (средний или подростковый школьный), а также возраст 16-18 лет, совпадающий с этапом спортивного совершенствования (старший или юношеский).

Для периода младшего школьного возраста характерно плавное развитие функциональных систем с некоторым преобладанием темпов роста тела относительно массы. Продолжается окостенение скелета, хотя кости еще достаточно мягкие и легко поддаются искривлению. Позвоночник отличается большой гибкостью, формируется шейная и грудная кривизна. Связочный аппарат обладает высокой эластичностью. Мышцы развиваются неравномерно - вначале крупные туловища, нижних конечностей и плечевого пояса, позднее мелкие мышцы. В этот период прирост силы мышц верхних конечностей интенсивнее, чем нижних. Способность дифференцировать мышечные усилия, как и способность к расслаблению мышц, развиты слабо.

Установлено, что уровень спортивного мастерства юных футболистов в возрасте 8-9 лет зависит, в первую очередь, от таких показателей, как масса тела, физическая работоспособность, максимальная скорость бега, время сложной двигательной реакции, уровень скоростно-силовых качеств и степень комплексного проявления быстроты, ловкости и техники владения мячом в специфических сложно-координационных заданиях.

В возрасте 10-11 лет рост спортивного мастерства юных футболистов обусловлен преимущественно уровнем скоростных и скоростно-силовых качеств, а также показателями разносторонности техники и тактики игры.

Таким образом, можно отметить, что формирование организма в детском возрасте проходит неравномерно. Имеются периоды ускоренного и замедленного развития отдельных органов и систем. В связи с этим анатомо-физиологические особенности созревания детского организма должны учитываться в процессе обучения юных футболистов.

**1.2 Игра как средство физического воспитания**

Игра - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственной человеку. Игра может быть средством самопознания, развлечения, отдыха, средством физического и общего социального воспитания, средством спорта.

Игры, используемые для физического воспитания, очень разнообразны. Их можно разделить на 2 большие группы: подвижные и спортивные. Спортивные игры - высшая ступень развития подвижных игр.

Они отличаются от подвижных едиными правилами, определяющими состав

участников, размеры и разметку площадки, продолжительность игры, оборудование и инвентарь и др., что позволяет проводить соревнования различного масштаба. Соревнования по спортивным играм носят характер спортивной борьбы и требуют от участников большого физического напряжения и волевых усилий.

Игра есть первая деятельность, которой принадлежит большая роль в формировании личности. В играх дети отражают накопленный опыт, углубляют, закрепляют своѐ представление об изображаемых событиях, о

жизни. Ребѐнок, как и взрослый, познаѐт мир в процессе деятельности.

Занятие играми обогащают участников новыми ощущениями, представлениями и понятиями. Игры расширяют круг представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать виденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. В подвижных играх развиваются способности правильно оценивать пространственные и временные отношения, быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры.

Подвижные игры являются одним из эффективных средств,

помогающих снять нервное напряжение и вызывать положительные эмоции.

С этой целью игры применяются не только на занятиях с начинающими

спортсменами, но и квалифицированными спортсменами.

**1.3 Характеристика и классификация подвижных игр**

Подвижные игры как средство подготовки юных футболистов имеют ряд особенностей. Наиболее характерные из них состоят из активности и самостоятельность играющих, коллективности действий и непрерывности изменения условий деятельности.

Деятельность играющих подчиненная правилам игры, которые регламентируют их, поведение и отношения. Правила облегчают выбор тактики действия и руководство игрой. Взаимоотношения между играющими определяются, прежде всего, содержанием игры. Разность в отношениях разрешает выделить две основных группы – некомандные и командные игры, которые дополняются небольшой группой переходных игр.

Некомандные игры можно поделить на игры с ведущими и без ведущих. Так же командные игры делятся на два основных вида: игры с одновременным участием всех играющих; игры с поочередным участием

(эстафеты).

Командные игры различаются и по форме поединка играющих. игры без вступления игроков в борьбу с соперником, а в других, наоборот Существуют, активно ведут борьбу с ними. Более детальная классификация игр основывается на их делении по подвижным действиям. Различают игры: имитационные (с подражательными действиями); с перебежками; с преодолением препятствий; с мячом, палками и вторыми предметами; с сопротивлением; с ориентированием (по слуховым и зрительным сигналами). Выбор той или другой игры определяется конкретными задачами и условиями проведения. Для каждой группы характерные свои особенности в выборе и методике проведения игры.

Каждая игра, выбранная в целях физического воспитания обязательно должна обеспечить решение максимально возможного числа образовательных, воспитательных и оздоровительных задач.

**1.4 Специфика подвижных игр**

Роль подвижных игр в спортивной подготовке юных футболистов трудно переоценить. По существу, здесь речь идѐт об использовании наиболее эффективного в этих условиях игрового метода. Высокое его достоинство состоит в том, что он делает доступным изучение технически сложных упражнений. Одновременно использование игры обеспечивает комплексное совершенствование двигательной деятельности, где вместе с двигательными навыками формируется и развивается физическая сила.

Обучение и совершенствование в игровых условиях придает навыкам особую стабильность и гибкость.

Вот для этого и нужно использовать подвижные игры. И чем младше возраст занимающихся, тем больше времени отводится им в занятиях.

Подвижная игра помогает оживить и разнообразить тренировку.

Эмоциональное переключение несет в себе эффект активного отдыха – это помогает восстанавливать силы, непосредственно в ходе занятий и облегчает овладение материалом.

Игра – признанное средство общей и специальной физической, тактической и технической подготовки юных футболистов.

Поэтому они занимают место обязательных, вспомогательных упражнений подготовки юных футболистов.

Желательно только, чтобы отбираемые подвижные игры были сходны

с теми упражнениями, которые лежат в основе футбола.

Неоценимое достоинство игр состоит еще и в том, что их можно использовать в любых условиях и на любых этапах тренировок.

С помощью подвижных игр можно с успехом решать все виды специальной подготовки: физической, технической, тактической и

психологической.

В игре, как правило, физические качества развиваются комплексно.

Но при необходимости могут совершенствоваться и избирательно.

Игры ценны как средство овладения всем багажом жизненно важных двигательных навыков футболистов. Освоение техники спортивных движений полноценно проходит только при системном использовании подвижных игр. Первоначально, в упрощенных вариантах игр, занимающиеся знакомятся с близкими по структуре движениями, отобранными для изучения. На этом этапе такие игры выполняют роль подводящих упражнений. Для закрепления специальных упражнений используют игровые соревнования. Это, как правило, задания на правильность выполнения изучаемого.

Таким образом, навык стабилизируется.

Специально подобранный комплекс подвижных игр позволяет достаточно быстро ознакомиться с основами футбола и обучить им. Использование подвижных игр в качестве средств и методов футбольной тренировки позволяет решить задачи психической и моральной подготовки. Постоянное преодоление разнообразных препятствий, действуя в усложненных условиях, формирует морально-нравственную основу поведения юных футболистов. Здесь воспитываются черты спортивного

характера, отличающегося особой целеустремленностью и способностью к

полной мобилизации в необходимых ситуациях.

Игры для решения задач спортивной тренировки подбирают, главным

образом, из числа тех, что хорошо знакомо юным футболистам. Но это,

конечно, не исключает использование других, специально подобранных игр.

**2. Методика проведения подвижных игр как средства подготовки**

**юных футболистов**

**2.1 Организация проведения подвижных игр юных футболистов**

Подвижные игры для развития двигательных качеств очень интересны юным футболистам. Участвуя в них, можно проверить свою силу, развить выносливость, быстроту, меткость и ловкость. Не обойтись в играх и без

смекалки, умения организоваться на площадке, быстро выбрать правильное решение.

Польза подвижных игр в футболе – и в том, что они дают возможность лучше узнать друг друга, научиться проявлять терпение и взаимовыручку, правильно относиться к победам и поражениям. Надо знать, что интересно знакомиться и с новыми играми, которые

раньше не были известны.

Выбор игры зависит также от наличия подходящего места и инвентаря, а также от количества футболистов, которые желают принять участие в игре. Если игроков не более 10 человек, то лучше не делить их на команды, а играть вместе с водящим.

Водящего выбирают разными способами:

– его назначает тренер, который проводит игру;

– выбирают сами играющие;

– игроки используют жребий (например, считалку).

В играх, где нет водящего, соревнование проходит обычно между двумя или несколькими командами. Играть интереснее и честнее, когда участники команд равны по силам.

Подбирая игру или эстафету, тренер должен учитывать подготовку играющих и не допускать, чтобы подопечные отказывались принимать в команду ребѐнка со слабой физической подготовкой. Необходимо учить детей, что в играх надо заботиться о тех, кто менее подготовлен, и не укорять таких играющих, если они в чем-то уступили своим соперникам.

Включение в занятия футболом подвижных игр, использование игрового метода повторения изучаемого двигательного действия активизирует внимание тренирующихся, улучшает их эмоциональное

состояние.

Овладевая техникой футбола, школьники в играх совершенствуют свои двигательные способности. В данных условиях подвижные игры выступают как вспомогательный, дополнительный метод. Все упражнения по обучению двигательным навыкам, которые предлагает юным футболистам тренер, могут быть использованы для развития двигательных качеств. Это подтверждает мысль о том, что при обучении двигательным навыкам может быть использован метод сопряженного обучения: можно одновременно обучать двигательным навыкам и развивать определенные физические качества. Здесь все зависит от количества повторений и использования метода обучения. Несомненно, подвижные игры больше используются на начальном этапе тренировок футболистов.

**2.2 Подвижные игры для развития быстроты юных футболистов**

**«Рывок за мячом»**. Применяется с 7-9 лет.

Цель: развитие быстроты юных футболистов.

Содержание:

Дети делятся на 2 команды, каждая рассчитывается по порядку и строится за линией старта. Руководитель с мячом в руках располагается напротив команд в 10 м от линии старта. Бросая мяч вперед, он называет какой - либо порядковый номер. Игроки названного номера бегут за мячом.

Кто овладел мячом, приносит команде очко.

Время игры:

Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не сделает по 3 рывка.

Побеждает команда, получившая большее количество очков.

**«Переправа»**. Применяется с 7-10 лет.

Цель: развитие быстроты футболистов.

Содержание:

Игроки двух команд выстраиваются на противоположных сторонах площадки лицом друг к другу (за линиями своих «домов»). По сигналу игроки, продвигаясь прыжками на одной (правой, левой) ноге, пересекают площадку и должны как можно быстрее оказаться за линией «дома» соперника. Побеждает команда, игроки которой раньше соберутся за противоположной линией. Игрок, закончивший передвижение последним, выбывает из игры. Затем следуют прыжки в обратную сторону, и снова из

игры выбывает последний. Можно изменить способ передвижения (прыгать на обеих ногах из стойки или из приседа, бежать и пр.). Игра продолжается до тех пор, пока на площадке не останутся два-три самых выносливых прыгуна. По числу игроков на площадке нетрудно определить команду-победительницу. Продолжая соревнование, можно выявить и самого быстрого игрока.

**2.3 Подвижные игры для развития дистанционной скорости юных футболистов**

**«Круговые салки»**. Применяется с 7-9 лет.

Цель: развитие дистанционной скорости футболистов.

Содержание: 10

Две равные команды располагаются кругами: один наружный, другой

внутренний, лицом к центру. По сигналу ребята продвигаются легкими прыжками (приставным шагом) по кругу. Один круг – влево, другой – вправо. При этом играющие внутреннего круга держатся за руки. По свистку все останавливаются. Игроки наружного круга должны быстро присесть, а внутреннего – быстро обернуться (расцепив руки) и осалить тех, кто не успел присесть. Тот, кого осалили, становится в цепь внутреннего круга. Игра продолжается, только круги движутся в обратную сторону. Время игры: Игра длится до тех пор, пока не будет осалено большинство игроков внешнего круга. После этого участники игры меняются ролями. По правилам игроки наружного круга не должны отходить от внутреннего более чем на один шаг (иначе салить трудно). Побеждает команда, игроки которой сумеют осалить за равное количество попыток

больше игроков.

**«Сумей догнать»**. Применяется с 7-8 лет.

Цель: развитие скоростной выносливости.

Подготовка: играют 20 человек.

Содержание:

Участники располагаются на беговой дорожке стадиона на одинаковом расстоянии друг от друга. Например, если играют 16 человек, то на 400-метровой дорожке они встают на расстоянии 25 м один от другого. По сигналу все участники начинают бег с низкого или высокого старта. Задача каждого– не дать догнать себя тому, кто бежит сзади, и в то же время коснуться рукой впереди стоящего. Осаленные выбывают из игры и идут в середину бегового круга. Остальные продолжают гонку. Время игры: играют до тех пор, пока не останется один человек – победитель.

**2.4 Подвижные игры для развития выносливости юных футболистов**

**«Поезда»**. Применяется с 7-9 лет.

Цель: развитие выносливости.

Содержание:

Две равные команды выстраиваются в колонну по одному, обхватив руками впереди стоящего или взяв за пояс. Колонны стоят параллельно одна другой на расстоянии 3–5 шагов. Перед колоннами проводят стартовую линию, а напротив соревнующихся команд на расстоянии 15–20 метров ставят стойку или другой предмет.

 По сигналу игроки в колоннах бегут вперед до стойки, огибают ее и возвращаются назад. Выигрывает команда, игроки которой пробежали всю дистанцию не разъединившись и раньше пересекли стартовую черту всей

колонной. Можно условиться, что игроки присоединяются друг к другу по очереди, т.е. сначала стойку обегает первый номер, затем к нему присоединяется второй и обегают вдвоем, затем – третий и т.д. Поскольку в этом варианте игра требует выносливости, при ее повторении игроки в колоннах располагаются в обратном порядке.

**«Гонка с выбыванием»**. Применяется с 7-8 лет.

Цель: развитие выносливости.

Содержание:

С помощью флажков или кеглей размечается круг диаметром 10–15 м

и на нем проводится линия старта – финиша.

По сигналу все участники одновременно начинают бег по внешней стороне круга против часовой стрелки. После каждого круга (или двух) из игры выбывает тот, кто последним пересекает контрольную линию старта – финиша. Постепенно игроки, выносливость которых развита не очень хорошо, отсеиваются. Победителем является тот, кто остается лидером, т.е. самый выносливый и быстрый игрок. Варианты: по решению тренера участники могут бежать с набивными мячами, с рюкзаками весом 5–6 кг или надеть пояс с отягощением. Игра может быть дана в конце основной части тренировки для развития выносливости.

**2.5 Подвижные игры для развития внимания и мышления юных футболистов**

**«Живые ворота»**. Применяется с 9-10 лет.

Цель: обучение выполнению передач внутренней стороной стопы,

развитие внимания и мышления.

Сопряженное воздействие: обучение ведению и обводке.

Задача: забить гол в «живые» ворота.

Содержание. Участвуют две команды по 10-12 человек, игра проводится 2-3 мячами.

Каждая команда имеет двое «живых» ворот (ворота составляют 2 игрока, соединенных гимнастической палкой длиной не менее 1 м), которые не имеют права играть в углах площадки. Футболисты «живых» ворот, не отпуская гимнастической палки, имеют право участвовать в игре, происходит их периодическая смена. Живые ворота могут состоять из футболистов

разных команд. Правила: во всех случаях мяч, ушедший с игровой площадки, вводится с боковой и лицевой линий ударом по неподвижному мячу.

Время игры: 10 мин.

Выигрывает команда, забившая больше мячей.

**«Выгони мяч».** Применяется с 9-10 лет.

Цель: развитие внимания и мышления, отработка ударов.

Содержание:

На противоположных сторонах площадки отмечают две «коновые» линии, расстояние между ними – 10–12 м.

Играющие делятся на две команды, встают друг против друга за линиями. По жребию одна из команд начинает игру. Учащиеся поочередно сильным ударом ноги посылают мяч в сторону своих противников. Те стараются не пропустить мяч за черту «кона», отбивают его ногой. Если мяч не докатился до линии «кона», то играющие передают его руками. Так мяч переходит от команды к команде, пока не пройдет за линию «кона». Игрок, пропустивший мяч, штрафуется (сзади него кладут любой предмет). Выигрывает команда, набравшая меньшее количество штрафных очков. Правила игры: встречая мяч, играющий может выйти за «коновую» линию только на один шаг. Если мяч послан слабо и не докатился до «кона», играющий также штрафуется.

**« День и ночь»**. Применяется с 9-10 лет.

Цель: развитие внимания, реакции, ловкости, скорости

Содержание: По середине площадки, размеченного флажками, начерчивается линия, на которой выстраивается у шеренги, каждая команда в отдельную шеренгу, спиной один до одного, игроки двух команд. С обоих сторон средней линии на расстоянии 20 метров размещаются на одной линии. Одна команда называется ― День ―, а вторая ― Ночь ―. Тренер, который находится сбоку от игроков, несколько раз подряд спокойным голосом называет команды: ― День ―, ―Ночь ―, ―День ―, ―Ночь‖, игроки в настоящее время стоят на местах и слушают внимательно. Называя несколько раз команды, тренер после небольшой паузы неожиданно для игроков громко называет одну команду. Игроки названной команды мгновенно втекают от игроков второй команды за финишную линию, а игроки другой команды настигают их. Настигать игроков разрешается к финишной линии. Игрок, который настигает игрока команды, которая втекает, и затронул его рукой, получает для своей команды одно очко. Догонять можно лишь одного игрока. Игра продолжается несколько раз подряд. Выиграет команда, которая

набрала большее количество очков. Примечание. Тренер должен так руководить игрой, чтобы ученики не могли угадать, какую команду он назовет. При этом каждая команда должна быть названа одинаковое количество раз.

**3. Заключение**

Методические рекомендации и программа для учебно-тренировочных групп в футбольных школах в возрасте от 7 до 10 лет имеет огромное значение в процессе многолетней подготовки юных футболистов. На этом этапе закладывается фундамент, на чем в дальнейшем будет строиться профессиональное мастерство футболиста.

При определении перспективности к занятиям футболом нельзя не учитывать возрастные особенности детей, а также объективные закономерности развития, формировании систем организма, двигательных и других функции, применять современные, научно обоснованные методы объективной оценки возможностей каждого подростка в овладении игрой.

При планировании учебно-тренировочной работы в группах 1-го и 2-го годов обучения обязательно нужно учитывать возрастные особенности детей и подростков, которые отличаются друг от друга тем, как формируются у них привычки, как усваиваются знания, приобретаются и совершенствуются умения, навыки при обучении. Если возрастной период с 7 до 10—11 лет можно назвать относительно спокойным и является наиболее благоприятным для развития «чувства мяча». В это время объяснение, рассказ не приводят к серьезным сдвигам в обучении технике футбола и знакомство с механизмами ударных действий и разными по форме (относительно более простыми) действиями с мячом происходит практически спонтанно. Поэтому примерно до 10 лет методом обучения является игра.

 Игровая деятельность имеет особенно важное значение в период наиболее активного формирования характера – в детские годы. Играясь дети, усваивают жизненно необходимые двигательные привычки и умение, в них вырабатывается смелость и воля, сообразительность. В этот период игровой метод имеет ведущее место, приобретает характер универсального метода физического воспитания.

В игровой деятельности детей объективно сочетаются два очень важных фактора: с одной стороны, дети включаются в практическую деятельность, развиваются физически, привыкают самостоятельно действовать; с другой стороны — получают моральное и эстетическое удовлетворение от этой деятельности, углубляют познания окружающей их среды. Все это в конечном итоге способствует воспитанию личности в целом. Таким образом, игра — одно из комплексных средств воспитания: она направлена на всестороннюю физическую подготовленность (через непосредственное овладение основами движения и сложных действий в изменяющихся условиях коллективной деятельности), совершенствование функций организма, черт характера играющих. Главным признаком, отличающим большинство игр, является их сознательный характер. Перед играющим всегда ставится цель — выполнение какой-либо конечной задачи игры, т. е. получение результата, хотя и в рамках определенных способов его достижения, но таких, которые позволяют самим играющим выбирать пути, находить сообразно своим возможностям новые решения в зависимости от постоянно меняющейся ситуации. Подвижная игра является одним из важнейших средств физического воспитания футболистов младшего школьного возраста. Разнообразные движения и действия детей во время игры при умелом руководстве ими эффективно влияют на деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, способствуют укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма человека, возбуждают аппетит и способствуют крепкому сну. С помощью подвижных игр обеспечивается всестороннее физическое развитие юного футболиста. Велико также значение подвижных игр в воспитании физических качеств юных футболистов: быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости. Игры воспитывают у детей чувства солидарности, товарищества и ответственности за действие друг друга. Правила игры способствуют воспитанию сознательной дисциплины, честности, выдержки, умению ―взять себя в руки‖ после сильного возбуждения, сдерживать свои эгоистические порывы.

**4. Список литературы**

1. Выготский Л. С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка /Л.С. Выготский // Вопр. психологии. - 1966.

2. Гайдаренко Е.Б. Игры. Забавы. Развлечения для детей и взрослых / Е.Б. Гайдаренко – Д.: ИКФ Сталкер», Харьков: Фолио, 1997.

3. Гриженя В. Е. Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе. Советский спорт, 2005

4. Кетов Г.Б. Игра и еѐ роль в физическом воспитании: Методическое пособие/ Авторысоставители: Кетов Г.Б., Чарный Б.М. – Пермь: Изд-во ПОИПКРО, 2001

5. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физической культуре. 1 – 4 классы: Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планировании/ В.И. Ковалько. – М.: ВАКО,2004.

6. Коротков, И.М. Подвижные игры: Учебное пособие для студентов вузов и ссузов физической культуры. /И.М. Коротков, Л.В. Былеева и др. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. –229 с.

7. Кузнецов А. С. Настольная книга детского тренера (I этап 8-10 лет) Организационно-методическая структура учебно-

тренировочного процесса в футбольной школе «Олимпия.

Человек» Москва. 2007

8. Лихачева В.С. Игра в процессе физического воспитания /В.С. Лихачева – Воронеж: ВГПУ, 2005 – 100 с.

9. Лях В.И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития / В.И. Лях – М ., 1998

10. Осипенко А. И. Развитие творческих способностей у юных футболистов 9-12 лет на основе применения интеллектуальных и подвижных игр : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 Великие Луки, 2006 142 с. РГБ ОД, 61:07-13/266

11. Портных Ю.И. Спортивные игры и методика преподавания: Учебник для пед. фак. ин-тов физ.культ/ Под ред. Портных Ю.И. – М.: Физкультура и спорт, 2001.