

Мотивация На Начальном Этапе Обучения Футболу

Агзамов Собирхон Жахбаралиевич

Преподаватель кафедры «Спортивные игры» Ферганского государственного университета

Аннотация: В статье отражена необходимость в развитии мотивации на начальном этапе обучения к занятиям спортом. Современные реалии таковы, что большинство детей идут в футбольную школу не учиться игре, а играть в неё. Поэтому важно организовать занятия по футболу для детей 7-12 лет таким образом, чтобы они их увлекли, вызвали желание остаться в спорте и вырасти в хороших игроков. Детям должно быть интересно. Поэтому обучение футболу у ребят младшего возраста проходит преимущественно в игровой форме.

Ключевые слова: футбол, дети, здоровье, физическая культура, урок, учёба.

Физическая активность человека - главный и решающий фактор сохранения и укрепления здоровья, ничем не заменимое универсальное средство профилактики недугов и замедления процессов старения организма. Двигательный режим человека не одинаков в разном возрасте. Однако общее состоит в том, что физическая активность абсолютно необходима ребёнку, взрослому, пожилому человеку. Она должна быть постоянным фактором жизни, главным регулятором всех функций организма.

Следовательно, физическая культура не просто одна из составляющих, но и самый главный компонент здорового образа жизни, так как представлена в виде ежедневной утренней гимнастики, регулярных физкультурно - оздоровительных занятий, систематических закалывающих процедур, а также других видов двигательной активности, направленных на сохранение и приумножение здоровья.

Таковы основные слагаемые здорового образа жизни. В их истинности мало кто сомневается. Однако весь парадокс в том, что для очень многих людей они ещё не стали руководством к практическим действиям. Внедрение их в повседневную жизнь людей требует комплексного подхода, кропотливой целенаправленной деятельности со стороны многих государственных учреждений и организаций. Однако оно предполагает, прежде всего, активную деятельность в этом направлении самого человека. Следование нормам и принципам здорового образа жизни долг каждого разумного человека. Сознательное отношение к собственному здоровью должно стать нормой поведения, главной отличительной чертой культурной, цивилизованной личности.

Почему именно футбол? Футбол – один из самых доступных видов спорта, ведь спортивный зал есть в каждой школе. А благодаря различным проектам, он становится все более популярен. При обучении игре в футбол используются самые разнообразные действия с мячом, что обеспечивает необходимую физическую нагрузку на все группы мышц ребенка.

Также в играх с мячом коллективного характера создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей.

Факторы, способствующие повышению мотивации школьников на уроках и тренировках

Активность учащихся во многом зависит от многих факторов, основными из которых являются: правильная постановка задач урока, создание положительного эмоционального фона, оптимальная загруженность школьников на уроке.

Создание положительного эмоционального фона имеет исключительное значение на уроках, в том числе и на уроках физической культуры. Как правило, он формируется у школьников еще до начала урока и должен сохраняться на всем его протяжении. Однако эмоциональный фон может меняться по ходу занятия. Это зависит от самочувствия учеников, их интереса к физической культуре как к предмету, к физическим упражнениям, конкретному уроку или личности учителя, от оценок их деятельности.

Существует несколько основных факторов, способствующих повышению эмоциональности урока и вызывающих радость у школьников, выполняющих физические упражнения.

1. Обстановка на уроке и поведение учителя существенно влияют на эмоциональность занятий, иногда превращая все дело в шутку. Урок физической культуры всегда приносит удовлетворение и радость, если школьники двигаются, а не сидят, скучая на скамейках, если они видят учителя в хорошем настроении, понимают его шутки, знают и наглядно ощущают результаты своего труда. Излишняя возбужденность учителя (суетливость, шумливость), как правило, приводит к повышению неорганизованной активности учеников. Не следует смешить и развлекать школьников, бесконечно шутить с ними. Важно, чтобы строгость, точность и четкость действий учителя перемежались улыбками, словами поощрения учеников за их успехи, подбадриванием их при временных неудачах.

2. Использование игрового и соревновательного методов, в силу их психологических особенностей, всегда вызывает у школьников сильную эмоциональную реакцию. Следует помнить, что часто эта реакция может быть настолько сильной, что выполнение учебных задач становится практически невозможным. Сильные эмоции по своей природе долго затухают после окончания игры или соревнований, поэтому использовать эти методы на уроке следует, определив их место, форму и меру. Упражнения в соревновательной форме рекомендуется планировать на конец урока. Совершенно недопустимо использовать их перед разучиванием техники физических упражнений. Игра - это привычная форма занятий для школьников. Для детей младшего школьного возраста это не только развлечение, но и способ развития (возрастная особенность). С помощью игр, требующих проявления двигательной активности, ученики усваивают правила и нормы рациональных форм движений, развивают психические и физические качества, коммуникативные способности. На уроках с младшими школьниками важно использовать сюжетные игры, при этом учитель, создавая определенный игровой сюжет деятельности для учеников, включает в содержание урока программный учебный материал. Применяя такой метод, учитель сам должен стать участником игры, поверить в реальность создаваемых им образов и выполнять соответствующую сюжету роль. С повышением возраста школьников следует использовать игры, отличающиеся все большей реалистичностью. Это могут быть разнообразные спортивные игры, вначале с упрощенными правилами и условиями выполнения, затем полностью соответствующие реальным требованиям.

3. Разнообразие используемых на уроке средств и методов. Известно, что однообразная физическая деятельность приводит к развитию неблагоприятных психических состояний: монотония, психическое пресыщение.

Существует множество способов разнообразить средства и методы проведения уроков: использовать фронтальную, групповую или круговую организацию занятий; включать различные новые физические упражнения (например, для развития одного и того же физического качества можно использовать разные по содержанию упражнения); менять обстановку, условия урока (переход из спортивного зала на воздух, музыкальное сопровождение ходьбы, бега, общеразвивающих упражнений в водной части урока).

Обучение детей тесно связано с их физическим и психологическим состоянием, поэтому в процессе тренировок большое внимание уделяется формированию у детей положительной устойчивой мотивации к занятиям физическими упражнениями, к игре в футбол. Данные тренировки способствуют выработке потребностей организма в систематической целенаправленной двигательной деятельности в течение всей жизни, что послужит в дальнейшем средством занятия спортом. По отзывам преподавателей школ, дети, занимающиеся мини - футболом уважительны к окружающим детям и взрослым, целеустремленны в учёбе, дисциплинированы.

Подавляющее большинство детей приходят в футбольные клубы, детско – юношеские спортивные школы и спортивные учреждения не учиться футболу, а играть в него. Такова психологическая мотивация детей, особенно младшего возраста, и её необходимо учитывать, подбирая средства тренировки для разных тренировочных циклов.

Однако только одной игрой невозможно обучить детей футболу.

Главное в планировании тренировки для детей – найти оптимальное соотношение между объемами интересной для них нагрузки (игры в футбол) и не очень интересной, но полезной для обучения футболу (упражнения специальной и общей подготовки).

Да и в самом футболе есть два типа упражнений. Одни из них, игровые (или ситуационные), всегда интересны для детей и они готовы играть всю тренировку.

Другие (назовем эти упражнения стандартными – это передачи мяча в парах, ведения и т.п.) менее интересны для детей.

Менее интересны потому, что в них нет игры, а есть многократное повторение одного и того же игрового приема. Такие многократные повторения психически утомительны для детей младшего возраста.

Нужно использовать следующую типовую структуру тренировочных занятий:

1. Разминка;
2. Обучение технике игровых приемов в стандартных условиях (школа техники футбола);
3. Обучение умениям применять эти приемы в различных игровых ситуациях (школа тактики футбола);
4. Игра в футбол с заданиями и ограничениями (по времени, числу игроков, размеров площадки, наличию зон, в которых что - то можно или нельзя делать);
5. Игра по правилам футбола;
6. Развитие базовых физических качеств (для младших юношей) и совершенствование этих качеств (для старших юношей);
7. Заминка.

Можно в тренировке детей обойтись вообще без традиционной разминки (бег, общеразвивающие упражнения, и т.п.), и выполнять вместо неё основные технические приёмы, которые изучались в предшествующих учебно-тренировочных занятиях.

Футбол для детей, особенно детей младшего возраста (6-12 лет), это футбол радости. Тренировки должны быть интересными, дети должны получать удовольствие от них, ждать каждую последующую тренировку как маленький праздник.

Список Литературы

1. Сучилин, А.А. Теоретико-методологические основы подготовки резерва для профессионального футбола / А.А. Сучилин. – М.: Советский спорт, 1997. – 241 с.
 2. Саскевич, А.П. Физическая подготовка юных футболистов в период проведения двухгодичного педагогического эксперимента / А.П. Саскевич, Е.А. Масловский, А.Н. Яковлев // Молодая спортивная наука Беларуси: материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 8–10 апр. 2014 г.: в 3 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: Т.Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2014. – Ч. 1. – С. – 165-166.
 3. Гогун, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта/ Е. Н. Гогун, Б. И. Мартынов: Учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: «Академия», 2000
 4. Исломов, И. А. (2022). ЎЎУВЧИЛАРНИНГ ТЕХНИК ҲАРАКАТЛАРИНИ НАЗОРАТ ҚИЛИШ АСОСИДА ЧАҚҚОНЛИК СИФАТЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ (КУРАШ МИСОЛИДА). *INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL*, 3(4), 7-11.
 5. Islamov, I. A. (2021). Fundamentals of promotion of sports and competitions and physical training among school students. *Current research journal of pedagogics*, 2(06), 85-89.
 6. Islomkhoja, I. (2020). Socio-pedagogical purposes of modern physical education. *Electronic journal of actual problems of modern science, education and training*.
 7. Azimkhojaevich, I. I. (2022). PEDAGOGICAL FEATURES OF INCREASING STUDENT MOVEMENT ACTIVITY (ON THE EXAMPLE OF WRESTLING AND MOVING GAMES). *Science and innovation*, 1(B2), 295-299.
 8. Islomkhoja, I. (2021). STUDY OF STUDENT LEVELS OF MOVEMENT ACTIVITY AND INTEREST IN PHYSICAL TRAINING AND SPORTS TEACHER OF FACULTY OF PHYSICAL CULTURE. *Berlin Studies Transnational Journal of Science and Humanities*, 1(1.5 Pedagogical sciences).
 9. HISTORICAL SKETCH OF THE LONG JUMP KG Gennadyevna - *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 2022
- Injury prevention in athletics*
10. KG Gennadiyevna, KS Gilfanovna - *Eurasian Medical Research Periodical*, 2022
 11. Methods of Teaching the Technique of Athletics to Students of the Faculty of Physical Culture KG Gennadiyevna - *Journal of Pedagogical Inventions and Practices*, 2022
 12. LONG JUMP FROM A PLACE
KG Gennadyevna - *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal*, 2022